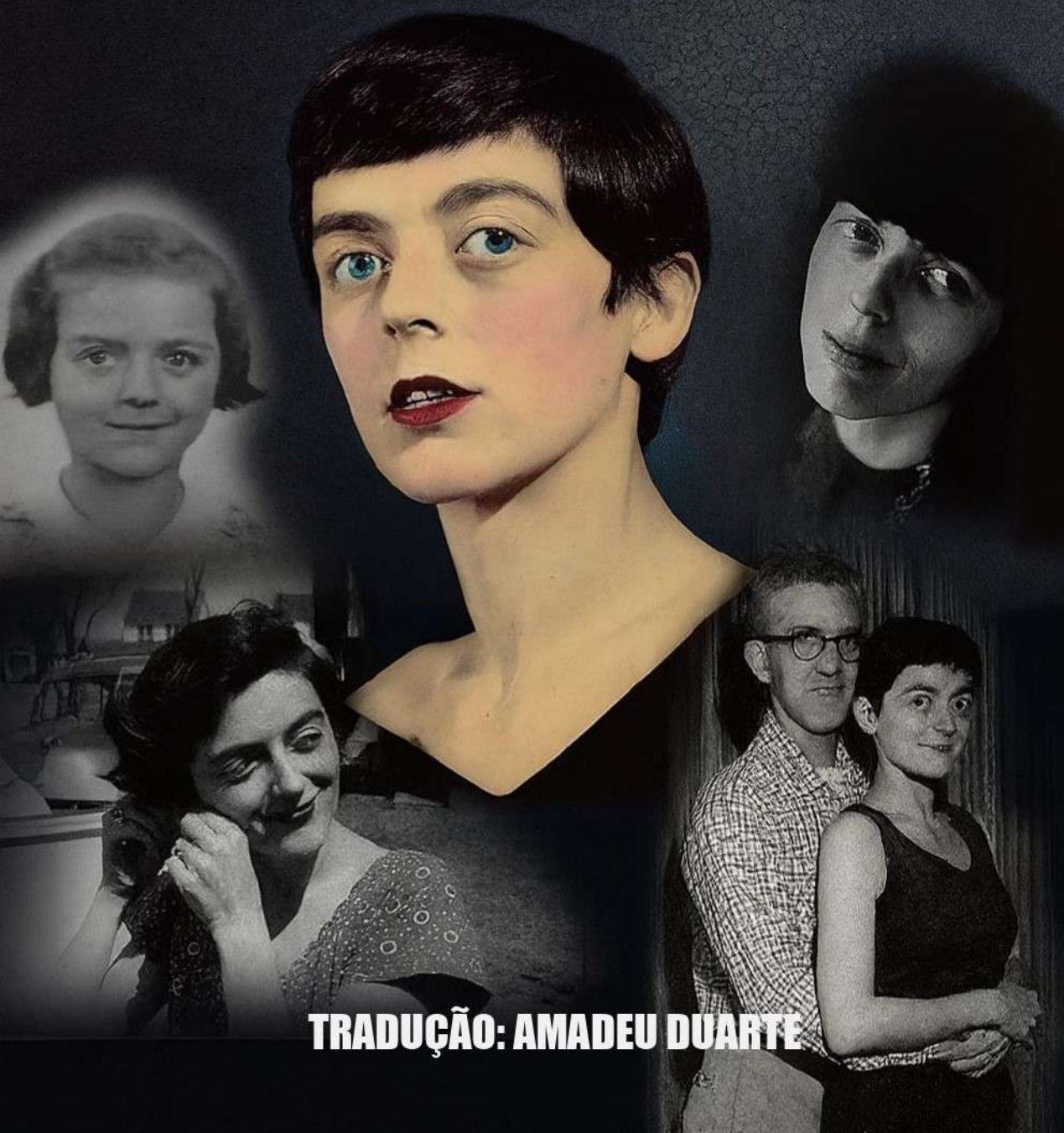


UM LIVRO SETH

NUNCA ANTES PUBLICADO
AS SESSÕES PESSOAIS

LIVRO DOIS



TRADUÇÃO: AMADEU DUARTE

SESSÕES PESSOAIS 2
THE PERSONAL SESSIONS
Livro 2 de
The Deleted Seth Material Sessions
08/12/71–27/11/73

© 2003 por Robert Butts
Publicado por New Awareness Network Inc.
New Awareness Network Inc.
P.O. Box 192
Manhasset, New York 11030

As opiniões e declarações sobre questões de saúde e medicina expressas neste livro são da autoria do autor e não são necessariamente as do editor, nem por este endossadas. Essas opiniões e declarações não devem ser tomadas como substituto de uma consulta com um médico devidamente licenciado.

Design da capa: Michael Goode
Fotografia: Fotos da capa por Rich Conz e Robert F. Butts, Sr.
Edição: Rick Stack
Tipografia: Raymond Todd, Michael Goode

Dedico The Personal Sessions à minha esposa, Jane Roberts, que viveu os seus 55 anos com a maior criatividade e a mais valente coragem.
— Rob

Nota: Neste ebook, Rob Butts por vezes remete o leitor para rever material em páginas específicas. Essas referências aplicam-se apenas à numeração de páginas da edição comercial em formato trade paperback deste livro.

SESSÃO 599 (PARTE APAGADA)
8 de dezembro de 1971

(Este material foi suprimido da 599.^a sessão de 8 de dezembro de 1971.) Ora bem... Vamos dividir a sessão em duas partes, embora possam ou não ser partes iguais. Podemos vir a fazê-lo, por agora, em algumas sessões. Parto do princípio de que ambos estão determinados a esclarecer as coisas e a colocar-se num novo nível de realização e de liberdade. Por isso farei os comentários que puder sobre o vosso progresso.

Antes de mais, o breve diálogo desta noite: foi um começo. Devem, no entanto, incentivar-se livremente um ao outro a expressar sentimentos. Os que o Ruburt mencionou esta noite eram “negativos” precisamente

porque estavam tão fortemente inibidos. Ele lançou-os com cautela, observando o efeito que teriam em ti.

Tu reagiste com cautela. Foi como o início de uma dança. Quando o Ruburt teve um verdadeiro toque de sentimento inibido, automaticamente traduziu-o para a perna e, só com um grande esforço de vontade, conseguiu pôr cá fora o sentimento por detrás das palavras. Nem tu o incentivaste livremente a fazê-lo.

(Estes sentimentos envolviam emoções não expressas que, do lado da Jane, vinham de há vários anos. Quando delas tomou consciência, sentiu uma dor numa perna, mas um pouco mais tarde falou-me delas.)

Ele preocupou-se com o efeito, em ti, de tal sentimento expresso, e ambos intelectualizaram, como é muitas vezes vosso hábito. Isto não significa que seja preciso uma série de acessos de choro, explosivos, como o Ruburt receia — e receia que tu também receies.

(“Eu não estava preocupado com isso.”)

Ainda assim, seriam bastante proveitosos. É deste tipo de coisa que tenho falado — a evitação de um confronto direto com essas “emoções negativas” (entre aspas) impede a única “solução” (entre aspas) emocional: uma declaração emocional da tua parte que a contrarie — um encontro de emoções.

A cólera, acusação ou mágoa emocional expressas (sublinhado), da parte do Ruburt, trariam automaticamente — ou deveriam trazer — de ti uma declaração emocional de resposta. De resposta no sentido de que quaisquer mágoas ou razões da tua parte seriam expressas com sentimento, e o caminho ficaria aberto para uma declaração emocional de amor, de arrependimento, ou, da parte de ambos, uma expressão emocional de pesar por terem magoado o outro.

Em vez disso, chegam ao ponto em que a emoção mal aflora e dizes: “Ah, sim, isso veio de tal e tal.” Isto aplica-se agora a ambos.

Agora, ambos lidaram com situações emocionais que envolviam os dois mais ou menos do mesmo modo. Continuam a não querer sentir e contrapor as emoções ao seu próprio nível.

Isto limpa as emoções, o espírito e a mente, bem como o corpo. Era isto que eu queria dizer com não se moverem mutuamente às lágrimas ou ao riso. Com este pequeno encontro desta noite mostraram a vossa vontade de prosseguir e também mostraram claramente o quão pouco compreenderam do que eu realmente queria dizer.

Querem fazer tudo com as emoções menos senti-las. Escrever sobre elas, pintá-las, falar delas — tudo menos senti-las. Percebem agora a diferença?

(“Sim.”)

Quero contornar os vossos medos básicos de que liberdade emocional é automaticamente sentir emoções negativas, embora possam inicialmente

começar por aí. Discussões entre vocês, por exemplo, teriam sido muito mais saudáveis. Depois poderiam ter-se beijado e feito as pazes, e tê-lo-iam querido de facto.

Isto aplica-se tanto a ti como ao Ruburt. Tu viste-o em muito poucas expressões honestas de raiva — uma vez, quando tentou atirar uma cadeira — e sentiste a energia subitamente libertada que ele normalmente não canaliza fisicamente. Essa mesma energia não expressa está presente em ti, mas tem de ser sentida primeiro e reconhecida. Se tens perguntas, coloca-as. Agora.

Mencionei — e tu percebes o significado — o facto de o Ruburt baixar o volume do rádio quando entras na sala. Ele tentou baixar as suas emoções do mesmo modo. Sentia que tu equiparavas barulho, ponto final, a comportamento emocional.

Há um leito rico de energia e de emoções para ambos. Tinham receio de o abordar. Com a vossa aprovação, passarei a ter a prática de comentar mais ou menos regularmente durante algum tempo.

(“Está bem.”)

Tens alguma pergunta?

(“Não.”)

Façam então questão de incentivar a vossa própria expressão emocional e a do Ruburt. Querem uma pausa?

(“Que tal uma bem curta?”)

Então regressaremos a outro material. (9:35.) Antes da pausa, deixem-me acrescentar mais algumas observações a esta parte. O simples facto de agora terem de reservar tempo para a expressão clara da emoção é, em si, revelador. Uma vez aprendido, expressarão as vossas emoções livremente ao longo do dia.

(9:36. O transe da Jane tinha sido bom. Ela disse, relativamente à dor na perna, que quando a sentiu, mesmo antes da sessão, lhe apetecia chorar, mas não quis interromper a sessão. Tinha também receio de que eu ficasse incomodado.)

(Eu disse-lhe, por minha vez — e creio que ela concordou — que todas as fases das nossas vidas estavam a mudar, que era vital que mudassem, pois o modo de vida que tínhamos organizado estava a correr muito mal. Isto incluía a minha pintura, o meu emprego na Artistic, as minhas atitudes quanto ao dinheiro, as aulas — enfim, tudo o que me ocorria, suponho. Não tenho a certeza de que a Jane agrupasse todas as suas atividades do mesmo modo, porém — pode não sentir essa necessidade. Suspeitava fortemente que os meus dias na Artistic estavam contados; tanto mais que agora planeávamos uma longa viagem no início do próximo ano, depois de tratarmos da verificação da revisão que a Prentice-Hall está a fazer de Seth Speaks; devemos receber o manuscrito de volta em janeiro.)

Bem. Nas nossas sessões e no vosso trabalho comigo, têm sido usados — e serão — vários tipos de métodos de ensino. Serão fornecidos degraus e pontes. É sem sentido perguntar se uma ponte é verdadeira ou não. Ela existe. Leva-vos a algum lado. Uma ponte é uma realidade válida, independentemente da sua arquitetura, do tipo de símbolos que nela possam estar escritos, da sua cor ou do material de que é feita.

A língua Sumari é uma ponte, e é válida nesses termos. Ela conduzir-vos-á ao uso dos sentidos interiores, afastando-vos da natureza confinante das frases feitas e da linguagem familiar que já vem carregada com as suas próprias conotações.

A língua Sumari é, portanto, nesses termos, uma linguagem, um método de comunicação. É o início de um veículo logicamente não estruturado que, espera-se, vos levará mais longe para o coração interior da percepção. Espero que, eventualmente, vos permita experienciar de forma mais plena a cognição interior que está por baixo da percepção física e da tradução física.

Uma ponte serve tanto os que vêm como os que vão e transporta mercadorias em ambas as direções. A língua Sumari, nesses termos, será usada como um método para vos levar mais fundo na natureza da cognição interior e depois permitir-vos regressar, retraduzindo o que aprenderam — não automaticamente para o padrão verbal estereotipado.

Assim, a linguagem bloqueará eficazmente a tradução automática da experiência interior em estereótipos. Esta é uma explicação muito simples. A ponte, no nosso caso, será multidimensional, servindo, portanto, também outros propósitos.

Ela será “construída” (entre aspas) de modo a permitir a exploração de muitos níveis diferentes de realidade. Era necessário algum método para impedir que esta tradução de dados interiores se tornasse demasiado distorcida pelas formas verbais que tão prontamente a aguardavam. Acompanham-me?

(“*Sim.*”)

Este é apenas um método. (*Pausa.*) Seguindo esta linha particular de desenvolvimento, o Ruburt, por exemplo, será ensinado a libertar a cognição interior dos padrões verbais reconhecidos o suficiente para que qualquer trabalho futuro com manuscritos de oradores não fique excessivamente estereotipado. Claro que terá de resultar um padrão verbal reconhecível, mas o uso da própria linguagem quebrará esses processos associativos pessoais que se agarram aos símbolos linguísticos conhecidos.

Assim, uma percepção clara dos dados interiores poderá usar livremente toda a estrutura da vossa própria língua para o seu fluxo, se necessário, mas os padrões estereotipados serão quebrados.

A prática com a linguagem, e outras práticas que com ela se ligarão, servirão também outros propósitos. (*Pausa.*) Por um lado, é necessária uma

certa dose de atenção mental e psíquica; por outro, a própria atenção altera os padrões cerebrais de forma muito eficaz.

Outras manipulações físicas poderão também estar envolvidas, como o Ruburt suspeitou esta tarde. Bem, a palavra cordella, por exemplo, foi usada em vez de alfabeto para quebrar as vossas conceções habituais de alfabeto, ao mesmo tempo que transmite uma ideia de símbolos intimamente aparentados e sobre os quais os alfabetos se baseiam.

(Aqui o Seth refere-se à Jane a discutir o Sumari na aula de escrita desta tarde.)

Existem, pois, cordellas subjacentes às sensações de ouvir, cheirar, tocar, ver. Se eu vos dissesse que a pele tem o seu próprio alfabeto sem o que já expliquei, não teria ficado nem de perto tão claro. A palavra cordella, usada do mesmo modo, liberta-vos das conceções limitativas do que é um alfabeto.

Então, e só então, podem projetar este entendimento ou intuição sobre a palavra alfabeto e perceber como a pele tem de facto o seu próprio alfabeto. A própria palavra alfabeto passa a ser diferente para vocês. Acompanham-me?

(“Sim.”)

Querem uma pausa?

(“Sim.”)

Agora. Lembras-te da palavra dada para pintura?

(Falando como Seth, a Jane referiu-se agora à sessão de língua Sumari que realizámos na quarta-feira, 1 de dezembro, em vez da sessão regular. Enquanto eu estava sentado no sofá da nossa sala, o meu quadro a óleo de Ianodiala, o clarividente turco do século XIV, pendia na parede atrás de mim. Este é o quadro que a Jane usou como instrumento de ensino em 1 de dezembro e ao qual voltou a referir-se agora.)

(A sessão de 1 de dezembro tinha sido gravada e é extremamente interessante. Eu próprio acabei por falar um pouco de Sumari. A Jane avançou até ao ponto de conseguir traduzir parte disso à medida que íamos prosseguindo e o produto final foi, em parte, uma excelente poesia.)

(“Não. Mas começava por M.”)

Era montella. (A minha interpretação fonética.) Montellas são os produtos finais de cordellas, dispostas não apenas de uma certa maneira, mas congregadas ou colocadas dentro de uma certa e rica esfera de atividade de dyniad.

(“Espera — podes ajudar-me com a ortografia? Não. Já apanhei,” disse eu, escrevendo. Foneticamente anotei como den-i-ad. Acontece que afinal não estava bem. Ao rever estas notas, a Jane disse-me que eu tinha soletrado a palavra incorretamente, que deveria ser dyniad. Foi assim que ela própria a escreveu. Ela disse que viu o y.

(Endireitámos a ortografia antes de eu retomar a dactilografia destas notas na noite de sábado, 11 de dezembro.)

A palavra dyniah denota um limite aparente que serve para definir aquilo que jaz no interior, atuando sobre ele. Dyniah — a própria palavra sem o “d” final, percebes — embora nunca apareça dentro da montella, define a sua atividade, reforça a sua identidade e é tanto parte dela quanto a cordella oculta que lhe dá forma. (Pausa.) Visto de fora, o dyniah parece pôr termo à montella. (Longa pausa.) Dá-nos um momento.

Como sabes, há uma interação constante a decorrer em todas as partes da montella, possíveis graças à “barreira” (entre aspas) que define o limite.

Estou a usar os diferentes termos simplesmente para te dar uma ideia de como a linguagem pode ser usada para libertar as tuas ideias acerca de coisas familiares. A montella mais “objetiva” (entre aspas) é um símbolo, claro. Quanto mais fiel à vida for a montella, menos propenso estarás a reconhecer, a nível consciente, as suas qualidades simbólicas.

Pensa em termos do impressionismo e dos seus valores; depois muda para a ideia de uma linguagem Sumari e vê a ligação, e os propósitos que podem ser servidos. A linguagem é fluida. Nem todas as palavras têm de ser definidas, embora as principais o sejam. Será usada como um método para expandir os teus conceitos, não para te ensinar a traduzir a experiência para apenas mais uma forma estereotipada, diferente mas que, por acaso, é mais exclusiva.

Ora, as nossas sessões sempre envolveram métodos de percepção e a tradução da experiência interior. As próprias sessões tratam de experiências que são, basicamente, não verbais, mas que têm de ser fisicamente traduzidas. As traduções prosseguem sem que te dê conta, quer as percebas ou não, e quer sejas afetado por elas ou não. São simplesmente os resultados de tal atividade a intrometer-se numa montella física.

Agora vêes como a palavra usada desse modo te diz algo diferente?

(“Acho que sim. Só quero uma oportunidade para pensar nisso.” Na verdade, percebi, mas queria tempo para pensar.)

Quero apenas pôr-te na pista do que estou a fazer, à medida que o faço.

Se novos dados de ambrya — pensa agora em embrião — (entre parênteses agora:) fossem inseridos num quadro, num quadro concluído, a partir do interior, então todas as relações dentro do quadro mudariam. Se nova ambrya for inserida numa montella física, então todas as relações dentro dela têm de mudar. (Pausa.)

Tudo, dentro de qualquer plano dado, tem de seguir as leis desse plano. Um novo esboço de uma casa, por exemplo, não poderia surgir de repente dentro de um quadro físico — os novos dados não poderiam ser fornecidos dessa maneira.

Os novos dados que emergem dentro da tua realidade física teriam de aparecer de uma forma congruente com a envolvente e adotar, então, alguma representação aceitável. Contudo, para os seguirés até à sua fonte, terias de manter-lhes o rasto à medida que, gradualmente, fossem sendo despojados desses padrões reconhecíveis. A linguagem dá-te um fio, portanto, para o seguirés ao contrário. Podes fazer uma pausa ou terminar a sessão, como preferirés.

(Pedi uma pausa às 11:05. Estávamos ambos estoirados, porém, por isso a pausa acabou por se transformar no fim da sessão.)

SESSÃO 600 (PARTE APAGADA)

13 de dezembro de 1971

(Este material foi suprimido da 600.ª sessão de 13 de dezembro de 1971.)

Bem, boa noite.

(“Boa noite, Seth.”)

Primeiro teremos a nossa conversa ao pé da lareira.

Fizeram um bom começo. O Ruburt apercebeu-se de várias ocasiões em que projetou negativamente na tua direção. Por outras palavras, casos em que interpretou mal o teu significado ou antecipou uma reação negativa.

A tua observação, há pouco, para ele relaxar no momento é, de facto, uma chave importante, e ele precisa desse lembrete. O gatinho foi uma forma de trazer atitudes e problemas à superfície, ao mesmo tempo que, incidentalmente, se ajudava um animal jovem. Os vossos planos são bons e terei mais a dizer nessa área.

A viagem também é vantajosa, e não vos faria mal manterem olhos e ouvidos bem abertos durante essa deslocação.

Sempre houve possibilidades para ti, por exemplo, na Flórida, das quais poderás ou não querer tirar partido. As tuas linhas de comunicação estão a melhorar. O Ruburt apreciou muito os teus esforços.

Podes sentir-te à vontade para me perguntar sobre os teus planos e eu dar-te-ei a ajuda que puder. A base emocional da vossa relação está a começar a tomar o equilíbrio e a direção adequados. Agora: têm alguma pergunta sobre o material que acabei de dar?

(“Não, acho que não. As coisas parecem estar a correr bem.”)

Então dá-nos um momento.

(Pausa às 9:27. Este é o fim do material suprimido. Agora apresento o resto da sessão na sua forma habitual.)

Considera novamente, a título de analogia, a linguagem Sumari em comparação com o impressionismo. No seu melhor (*sublinhado*), o impressionismo alcançou um certo foco até então desconhecido da arte ocidental, nos teus termos, oferecendo uma rutura a partir da forma objetiva

coesa rumo à vitalidade em movimento que dá durabilidade aos objetos e molda as suas imagens.

Usando a forma artística, o artista, de um modo estranho, rompeu com a linha, destruiu o que pareceria ser a continuidade literal da forma objetiva. Ao mesmo tempo, algumas poucas linhas eram usadas para sugerir uma variedade de objetos invisíveis, aparentemente não estruturados, de modo que, nesse aspeto, a linha se tornou, nas mãos de um mestre, um símbolo forte, insinuando outras realidades que jaziam dentro da representação aparentemente distorcida dos objetos.

Acompanhas-me?

(“*Sim.*”)

No seu pior, perdia-se a comunicação entre o observador e a pintura, pois um artista fraco não conseguia operar essa magia com linhas ou cores. Era necessário um conhecimento profundo da forma, para que pudesse ser representada por linha ou cor. No seu melhor, a arte impressionista, pela própria falta de forma indelével e delineada, sugeria toda a forma e a vitalidade que lhe dava força.

Pois bem, a linguagem Sumari evitará um padrão específico, indelével, rígido, de modo muito semelhante. (Pausa.) Ao mudar os nomes dos objetos, observa-os automaticamente de maneira nova, mas certamente não serão dados nomes a todos os objetos, pois isso derrotaria o nosso propósito.

Em vez disso, a relação entre os objetos será enfatizada através do som. A ênfase estará no “posicionamento” (entre aspas) de um objeto — no título e tal como pensas nele — e no padrão, sempre mutável, de força que altera constantemente as relações de qualquer tipo.

(9:39.) Haverá palavras, por exemplo, para sentimentos que te será pedido que, de forma imaginativa, transformes em objetos e de volta a sentimentos, que projetes no tempo — tal como o pensas — e que sintas as diferenças na relação do sentimento contigo próprio. Isto pode ser comparado, em termos bem distintos, a pegar num objeto de uma mesa e colocá-lo noutra divisão, experimentando-o em vários locais; mas trabalharemos com sentimentos em vez de vasos, e com localizações psicológicas.

Os sons usados na linguagem têm a sua própria importância e serão, à sua maneira, representativos ou sugestivos de sentimentos que, em grande medida, têm permanecido inconscientes, em termos gerais. Os sentimentos são, porém, a ponta final da cognição interior, e usaremos os sons para nos conduzirem cada vez mais para esses panoramas interiores onde, por fim, tanto os objetos como os seus representantes nos terão de abandonar.

Inicialmente usaremos a linguagem para que possamos, por fim, deixar de a usar, por outras palavras. Estes serão os inícios de métodos algo mais profundos de trabalho através dos sentidos interiores.

Agora podem fazer a vossa pausa.

Agora. O nosso uso da linguagem não será pesado. O seu uso, no entanto, permitir-vos-á perceber com maior clareza a vossa própria realidade interior, a vossa experiência física e psíquica. Já não traduzireis automaticamente a experiência interior, com a mesma facilidade automática, em padrões verbais estereotipados de imagens, mas sereis muito mais capazes de a experienciar em si.

A linguagem será uma ajuda necessária na declaração física que, evidentemente, terá de ser feita no final; mas então a declaração final, ou interpretação física, será muito mais fiel à vossa experiência original.

Agora, quase automaticamente, traduzem um sentimento numa palavra e imagem rígidas e definidas. As duas andam de mãos dadas. Por razões físicas, claro, precisam dessa interpretação de camuflagem, mas também precisam de aprender a diferença entre ela e a cognição interior.

Tornar-vos-eis igualmente muito mais conscientes dos processos efetivos da percepção. Há muitas experiências interiores, evidentemente, que não podem ser expressas com clareza ou com justiça, nem sequer através do uso combinado de palavras e imagens.

O uso da linguagem, utilizando som mas não símbolos de palavras reconhecíveis, permitir-vos-á compreender e expressar algumas delas. Ao fazê-lo, permitirá também que expressem muito mais, fisicamente. Existem, para dizer o mínimo, inúmeros níveis de sentimentos que se fundem para formar aquilo a que chamariam uma dada experiência.

Os alfabetos dificilmente podem aspirar a oferecer mais do que — perdoem-me (*com humor*) — um “serviço de boca” a tudo isto. Cada símbolo num alfabeto representa, portanto, símbolos indizíveis por baixo dele. Ora, a voz humana, como os cantores sabem, pode ser usada para exprimir muito mais qualidades de sentimento do que a voz normal e despida. O próprio som, mesmo sem palavras reconhecíveis, transporta significado. Curiosamente, por vezes, o significado dicionarizado de uma palavra entra em conflito com o significado psíquico e físico dos sons que a compõem.

(*Pausa.*) Como já disse muitas vezes, a linguagem é usada tão frequentemente para distorcer quanto para comunicar com clareza. Há uma estrutura dentro da linguagem Sumari, mas não é uma estrutura baseada na lógica. Parte da sua eficácia tem a ver com a sincronização dos seus ritmos com o ritmo corporal. Os próprios sons ativam partes do cérebro que normalmente não são usadas de modo consciente. É uma linguagem disciplinada, no sentido em que a espontaneidade possui uma ordem muito mais ampla do que qualquer uma que reconheçam.

Agora dá-nos um momento. (*Pausa.*)

A palavra shambalina (*soletrada pelo Seth a meu pedido*) denota as faces cambiantes que o eu interior adota através das suas várias

experiências. Ora, esta é uma palavra que sugere relações para as quais não tens nenhuma palavra. *(Pausa.)*

Shambalina garapharti *(soletrado)*, ou as faces cambiantes da alma, sorriem e riem umas às outras. Tudo isso está, agora, numa só frase. Ao dizeres as palavras e abrires a tua perceção, o significado torna-se claro de um modo que não pode ser expresso em termos verbais, usando o teu padrão linguístico reconhecível mas rígido; assim, lidaremos então com conceitos bem como com sentimentos, mas procurando-os através do uso de um método novo e, por vezes, traduzindo-os de um lado para o outro, para prática.

(Longa pausa.) Cordellas são símbolos invisíveis que emergem à superfície. À medida que emergem, mostram o universo sob uma luz nova pela própria natureza das suas relações. De um modo muito limitado, os alfabetos fazem a mesma coisa, pois, uma vez aceites certos símbolos verbais básicos, impõem a sua disciplina até aos teus pensamentos — obviamente, já que pensas tantas vezes em palavras.

Lançam a sua luz particular sobre a realidade que percebes, por exemplo, quando dás nome aos objetos. Ainda assim, os alfabetos são ferramentas que moldam e orientam a perceção. São grupos de relações que depois são transpostas sobre a “realidade” (entre aspas). Nessa medida, moldam as tuas concepções do mundo que conheces.

A sua disciplina e rigidez são consideráveis. Uma vez que pensas numa “árvore” *(entre aspas)* como árvore, é preciso um grande esforço até que a possas voltar a ver, alguma vez, de fresco — como uma entidade viva e individual. Cordellas não têm a mesma rigidez. Opera nelas uma fluidez muito maior, imensamente maior. Relações interiores e invisíveis são autorizadas a erguer-se; a realidade reconhecida e assumida é vista através das lentes dessas relações emergentes. Depois a cordella muda de natureza, torna-se noutro novo grupo emergente de relações — outra lente, por outras palavras. Acompanham as ligações?

(“Não muito bem, porque estive ocupado a escrever. Penso que percebo o que queres dizer. Tenho tudo apontado, certo.”)

Dá-nos um momento.

É como se, então, tivesses alfabetos que funcionassem para os outros sentidos — para o tato e o olfato. Os significados são autorizados a subir e a descer onde, quando usas as tuas ideias estabelecidas de linguagem, os significados ficam, em vez disso, rigidamente colados a experiências dadas, de modo que a perceção tem de ser mantida dentro de certos limites bem definidos. Agora vou deixar-vos fazer a vossa pausa.

(O transe da Jane tinha sido bom, o ritmo sobretudo rápido. Ela disse que sentira o Seth a tentar passar alguns “novos conceitos” — a esforçar-se muito para no-los tornar claros. Eu disse que era claro o suficiente, mas que estava tão ocupado a escrever que, a dado ponto, perdi totalmente o

sentido das palavras. A Jane também teve imagens, mas o Seth nunca vocalizou o que significavam. Ela sabia que se aplicavam a cordellas e a quadros.

(Conversámos sobre isso. A Jane visualizara uma pintura de casas e árvores. Disse que o Seth considerara que um artista poderia fazer, digamos, cinco quadros — cada um com símbolos diferentes, mas todos com o mesmo significado básico. Retomar do mesmo modo.)

Bem, nos vossos termos a língua Sumari não é uma língua, pois não foi falada verbalmente por nenhum grupo particular de pessoas que tenha vivido na tua história.

Em termos bem diferentes, porém, é uma linguagem que está na base de todas as línguas e da qual, nos teus termos, todas as línguas brotam. Os alfabetos não mudam, ou considerá-los-ias relativamente inúteis. As cordellas, como te disse, mudam. Os alfabetos são o aspeto físico das cordellas. Agarra-se um aspeto muito pequeno de uma cordella e ele é “congelado” (*entre aspas*), por assim dizer, ficando assim não reconhecidos o seu movimento habitual e o ritmo das suas mudanças. (*Longa pausa.*)

A vitalidade viva de uma cordella nasce da necessidade que o universo tem de se exprimir e compreender a si mesmo, de se formar em padrões sempre mutáveis e de surpreender-se a si próprio. A linguagem padronizada não permite tais surpresas. A linguagem Sumari tem sido usada no estado de sonho.

(O ritmo da Jane abrandara. Agora o telefone começou a tocar no estúdio da Jane, do outro lado do corredor. Eu conseguia ouvi-lo mesmo através de duas portas fechadas. Presumivelmente, a Jane também, mas parecia não se incomodar enquanto estava sentada em transe.)

A própria linguagem procura significados. Está escondida em todas as línguas, soem elas ou não minimamente semelhantes, pois baseia-se na integridade imaculada do sentimento, da qual o som é apenas uma pálida representação.

Constrói-se a partir de sentimentos que, pela sua natureza, são privados de expressão clara pelos sistemas alfabéticos específicos mas, por isso mesmo, limitativos. (*Pausa.*) Permite ao percebedor confrontar-se muito mais de perto com a experiência e, uma vez feito isto até certo ponto, fica livre também noutras áreas.

Se fosses um artista consumado em muitos domínios, poderias traduzir um determinado sentimento num quadro, num poema, numa obra-prima musical, numa escultura, num romance, numa ópera, numa grande peça de arquitetura. Serias capaz de apreender e sentir a experiência com maior dimensão, pois a tua expressão não estaria limitada a traduzi-la automaticamente, sem escolha, para uma única área específica. As suas dimensões seriam então maiores para ti. Assim, uma cordella, por oposição a um alfabeto, abre maiores variedades de experiência e de expressão.

Tal como uma criatividade básica está por detrás de todas as formas de arte, assim as cordellas estão por detrás e dentro dos alfabetos. As cordellas representam as relações inacabadas e sempre mutáveis que nunca podem ser plenamente expressas e que procuram constantemente expressão.

Ao longo desta sessão e da anterior procurei mostrar-te, através de alguns exemplos, as diferentes maneiras como a palavra cordella pode ser usada e, por inferência, as formas como o uso deste método irá enriquecer a tua compreensão e percepção. A vossa relação mais próxima terá também efeitos sobre as nossas sessões, pois as vossas energias estão em paz (*mais alto:*) — e agora despeço-me com um caloroso boa noite, cordella e tudo o mais.

(Riso. “Muito obrigado, Seth. Boa noite.”)

SESSÃO APAGADA

20 de dezembro de 1971

(Esta é a sessão regularmente agendada para 20 de dezembro de 1971. Está suprimida do registo. A Jane estava bastante descontraída esta noite; daí o nosso começo tardio. Fizemos compras de Natal esta tarde, etc.)

Ora bem, acharás bem que eu entre?

(“Sim.”)

Atrevo-me a fazer alguns comentários sobre ontem e hoje?

(“Claro.”)

Farei primeiro as observações relativas a ontem. O Ruburt esteve em mau estado ontem. Ajudaste-o porque ele estava consciente do teu amor e preocupação. Fizeste isso (*sublinhado*) de forma evidente. Ele sabia que estavas a fazer todos os esforços para assegurares a tua parte de um Feliz Natal, com a árvore, etc.

A sua condição resultou de voltar a negar sentimentos e tentar reprimi-los, para não deitar tudo a perder. Disseram-se aos sentimentos para se calarem. Não eram inteligentes. Estavam abaixo de consideração. Não eram aprovados e, intelectualmente, o Ruburt silenciou-os antes de lhes dar voz ou expressão adequadas.

Os sentimentos podem ser adequadamente tratados através da razão e da emoção depois (*sublinhado*) de lhes ser permitida a expressão.

Agora, a tua observação — não literalmente — “Vá lá, amor, toca a mexer”, funcionou até certo ponto, pois despertou nele o desejo de te proporcionar um bom dia, de não o estragar, e o seu ânimo elevou-se em certa medida. Mas não o incentivaste a exprimir os sentimentos. Ambos lidaram com a questão, até certo ponto, à maneira antiga.

Ele disse a si mesmo que compreendia quais eram os sentimentos e que não os aprovava, mas não lhes permitiu expressão alguma.

No passado, teria ocorrido toda uma série de reações contrárias. O teu amor e preocupação não teriam sido tão evidentes; ter-te-ias abatido em resultado da condição dele; ele teria interpretado isso como desaprovação e rejeição, e uma boa semana poderia ter sido passada nas mesmas condições; portanto, melhoraram.

Mas vê o que deveria ter sido feito. Devias tê-lo encorajado a libertar os sentimentos e vocês dois enfrentá-los juntos. Não eram assim tão terríveis, percebes.

(“Não me ocorreu.”)

Agora. O que o Ruburt disse acerca do monstro amado (*o Willy, o nosso gato*) é verdade. (Esta tarde a Jane teve percepções muito boas sobre o motivo pelo qual acolhemos o gatinho, o Parmesan — que, a propósito, agora foi para casa dos pais de amigos, etc.)

O encontro amoroso desta noite foi extremamente benéfico, e mencionei o valor logo após o último episódio desse tipo. A combinação de amor e toque físico, e a intenção interior, é altamente importante. Relê o que te disse — poupar-nos-á tempo — sobre a forma como as emoções ficam enterradas no corpo e como, ao teu toque amoroso, recebem libertação.

Isto também te beneficia adicionalmente, pois vês que o Ruburt te responde e não está fora do teu alcance. Acompanham-me?

(“Sim.”)

Quero que o Ruburt também fale contigo sobre os sentimentos de ontem. Ele pensa, simplesmente por conhecê-los e desaprová-los, que o pensar por si só os remove.

Agora, a vossa relação, como te disse, é um trampolim criativo para ambos. O desenvolvimento Sumari não teria ocorrido até a vossa relação ter tido um renascimento, e novos desenvolvimentos criativos já foram desencadeados pela mesma razão.

Podem fazer uma pausa e retomaremos com outro material, a menos que, claro, tenham perguntas sobre o material acima.

(“Não, acho que não.”)

(O transe da Jane fora bom. Discutimos os acontecimentos de ontem e o facto de a minha mãe dever regressar a Sayre no domingo, 26 de dezembro. Eu e a Jane passaremos o Natal em Rochester com o meu irmão Dick e família e traremos a mãe connosco, etc.)

Agora. Receio que seja preciso. Disse-te que, no passado, uma semana poderia ter prosseguido com as condições de ontem, acrescido do facto de não me ter sido permitido dar-te informação ou feedback — e certamente um dia como o de hoje não se teria seguido.

Um dia como o de hoje é extremamente significativo para ambos, pois constrói confiança interior, particularmente da parte do Ruburt. Mesmo o teu comportamento (*sublinhado*) de ontem, embora não fosse o ideal, foi suficientemente de apoio para impedir que a situação saísse do controlo, e a lembrança da vossa noite de dança também foi de apoio, de modo que tens mais elementos de suporte para amortecer várias situações.

Na verdade, o teu comportamento de ontem foi tão apreciado que levou à inspiração criativa do teu presente de Natal, que é um empreendimento criativo excitante. Não me atrevo a dizer mais. (Com humor.)

(Trata-se da inspiração da Jane para escrever, para mim, uma série de canções em Sumari. Este desenvolvimento promete muitas e excelentes ramificações.)

A tua visita à aula (terça-feira, 14 de dezembro) significou muito para o Ruburt e para os outros alunos. Pela tua ausência completa, percebes, também os levaste a suspeitar que desaprovavas, pois sabiam que nas tuas outras atividades, psiquicamente, trabalhavam em conjunto. Foi, então, um gesto simbólico de importância. Também não compareceste até ao desenvolvimento Sumari.

Agora, uma pequena nota: o teu pobre, mal-orientado e pouco jovial amigo solteiro do andar de baixo prestou-te muitas vezes um serviço, ao elogiar a tua esposa quando não o conseguias fazer, ao dar-lhe um sentido ou lampejo de orgulho ou apreciação feminina quando não eras capaz de comunicar — e tu sabias disso.

Estavas parcialmente grato por isso e parcialmente zangado, mas contigo mesmo. Agora que o Ruburt está a voltar para ti mais plenamente e que os elogios e flirt do vizinho já não são necessários, estão prontos a cair-lhe em cima, ambos. O Ruburt alegrou-se muitas vezes por um homem a achar atraente quando ela não via esse lampejo correspondente no teu olhar — não que fosse inteiramente tua culpa, atenção.

Ele tenta ser galante. Também teme, pela sua própria natureza, que as mulheres o achem pouco atraente, por causa da idade e por causa de um sentimento pelo outro sexo. Quer sentir que não é tanto um homossexual, mas sim que deixa as mulheres indiferentes. Por isso, os seus comentários e maneiras se tornam mais “fora de limites” à medida que envelhece e fica mais assustado.

Quis dar-te uma percepção sobre isso, no entanto. Agora faz uma pausa. O dia de hoje pode ser considerado uma pedra de toque. Ambos fizeram as coisas corretamente.

(Habitualmente temos recebido algum material pessoal, seguido de dados teóricos para o restante da sessão. Eu disse agora que preferia saber algo sobre por que razão a Jane não estava a ganhar peso, em vez de receber algo sobre Sumari, por exemplo.)

Agora. Continuaremos então nestes moldes.

Disse-te, no contexto dado, que o Ruburt estava emocionalmente privado, o que se manifesta na condição física. Que tu também estavas, até certo ponto, o que se manifesta no teu trabalho.

O monstro amado perdeu peso, parecia negligenciado, perdeu o brilho, tornou-se apático a menos que fosse forçado à atividade, parecia mais velho. Ora, foi de repente privado da sua posição. A energia emocional que lhe era habitualmente dada automaticamente foi transferida para outro lado. Viste a mudança súbita. Ele também se tornou, à sua maneira, obstinado.

Ele não guarda rancores. Quando a situação foi corrigida, começou, milagrosamente, a recuperar o normal.

(Embora, à data em que escrevo, não creia que o Willy tenha ainda recuperado totalmente. No entanto, houve uma melhoria muito marcada.)

Ora, o peso do Ruburt é parte de todo o quadro. A isto somam-se certas atitudes tuas — isto é, atitudes que ambos têm. Ambos têm a mesma atitude, o que significa que são ampliadas, fazendo trabalho a dobrar.

São atitudes emocionais. Tu podes fazer ajustamentos intelectuais, mas o Ruburt não os fez. As atitudes emocionais são: o peso é mau. Sempre que falas de peso, é com essa conotação. As pessoas estão com excesso de peso. A palavra “boa” não contém a palavra peso. É “esbelto”. É a palavra peso, agora, que está carregada — perdoa o trocadilho.

Sempre que a palavra é usada, tem para ambos uma conotação negativa. Aumentar de peso não é desejável. A vossa dieta foi orientada com isso em mente. Concedo que o Ruburt exagerou onde tu fizeste ajustamentos, mas as atitudes emocionais de ambos são as mesmas a esse nível.

Comer é, para vocês, mais um empreendimento guloso, nesse sentido. — A preparação da comida é uma perda de tempo. Rouba mais tempo a coisas valiosas, tanto na preparação como na arrumação depois. É demasiado sensorial. Essas são as vossas atitudes emocionais. A comida deve ser mantida o mais simples possível, o mais discreta possível.

Há pouco prazer associado a isso. Agora, variam nas vossas atitudes, mas apenas em grau. Poderás ser mais aventureiro ou inventivo, talvez, de vez em quando, mas a atitude emocional rígida permanece a mesma. A cozinha é a parte menos importante da vossa casa. Essas atitudes, então, não ajudam. Em certa medida, o Ruburt está num dilema, pois a ideia de ganhar peso parece contradizer outros sentimentos profundamente enterrados.

Esses sentimentos têm muito a ver com os conflitos que o Ruburt sente com os teus amigos Claire e Bob, pois eles vão ao extremo oposto, onde a vida gira em torno do alimento. Dá-nos tempo. Ambos costumam criticar os que têm excesso de peso, sublinhando, nas vossas mentes e sentimentos, a falta de controlo que isso implica para vocês, a excessiva

indulgência. Isto convoca, por implicação, aquelas ideias de disciplina, de ceder ao sentimento.

O Ruburt considera de muito mau gosto (*com humor*) fazer “ohs” e “ahs” por causa da comida. Ambos desfrutam de um sentido de superioridade moral na presença das famílias dos vossos irmãos, por eles comerem tão de boa vontade enquanto vocês se abstêm. Ambos provam agora que não estão afundados no materialismo por serem magros. O Ruburt leva isto simplesmente mais longe do que tu, mantendo rigidamente a sua posição apesar de todas as instâncias em contrário.

(“*Saber tudo isto vai ajudá-lo?*”)

Vai, sem dúvida. Mas devem tomar-se outros passos.

A expressão “ceder aos teus apetites” é importante aqui. É uma das razões, por exemplo, pelas quais ele geralmente não gosta de comer à frente de outros. É um princípio moral para ele, mas aplica-se também em privado. Envolve não ser corpulento em termos voluptuosos, uma espécie de disciplina estética que desaprova moralmente os outros. As conotações sexuais são óbvias e acrescentadas. Quando não se sentia amado, não comia — os dois apetites, percebes.

Ele não se sentia, no passado, nutrido. Quando a vossa situação íntima melhorar, também os seus hábitos alimentares melhorarão. Mas, curiosamente, o inverso também se aplica — quando os seus hábitos alimentares melhorarem, também a vossa vida íntima melhorará. O teu tentá-lo a comer, por exemplo — e sublinho tentá-lo — tem fortes conotações sexuais às quais ele responderá, tanto sexualmente como comendo mais.

Ambos têm também ideias emocionais — que espero que agora estejam a ser temperadas —, sentimentos emocionais de que negar o sexo ou minimizá-lo é melhorar a vossa capacidade criativa. Em vez disso, espremem-se até ficarem secos.

Filosoficamente e na prática há muitas ramificações sobre este assunto que espero abordar, mas o que disse por agora aplica-se. A palavra *tempt* é importante, pois implica, da tua parte, uma vontade de que ele prove e partilhe contigo, tanto através da comida como do prazer sexual. Dizer-lhe para comer sem compreenderes a tua própria atitude emocional é inútil, pois ele capta e exagera os sentimentos de tipo puritano em relação à comida. O facto de preparares comida para ele de vez em quando, como contracanto, pode ajudar.

(“*Costumo fazer agora o pequeno-almoço.*”)

Ele tem, como tu, gostos sensuais enterrados que podem ser cultivados — os dele, muito mais enterrados do que os teus. Os vossos sentimentos emocionais combinados em relação à comida foram por ele exagerados. Ele pensa, por exemplo, que desaprovas exatamente os alimentos que lhe dizes

para comer: açúcares e amidos. Condenas-nos exceto quando lhos mencionas.

Queres uma pausa?

(“Sim.”)

Podes terminar a sessão se preferires.

(“Acho que é melhor. Foi muito útil.”)

(Em voz mais alta:)

Os meus mais calorosos cumprimentos.

(“Obrigado, Seth. Boa noite.”)

SESSÃO 601

22 de dezembro de 1971

(Entre as 18h00 e as 19h00 desta noite, eu e a Jane estivemos numa festa de cocktail dada pelo Leonard Yaudes, no seu apartamento do andar de baixo. Depois, a Jane, a Shirley Bickford — uma das alunas da turma de PES da Jane — e eu ouvimos a gravação da aula de PES feita na noite passada. A fita continha alguns dos cânticos Sumari que a Jane tem dado recentemente na aula. São extremamente interessantes. Disse à Jane, antes da sessão desta noite, que não conseguia dar-lhe grande resposta às perguntas dela sobre os cânticos ou sobre o desenvolvimento Sumari em geral. Não tinha informação suficiente, etc.)

Estão prontos?

(“Sim. Boa noite.”)

Se eu acelerar demasiado, diz-me para abrandar.

(“Está bem.”)

Há várias questões que gostaria de discutir e vários ângulos a partir dos quais gostaria de as ver convosco. Começamos pelas vozes, pela gravação. Antes de mais, antes de chegarmos ao significado ou importância das gravações, deixem-me dizer que o Ruburt está a aprender a manejar energia de outras maneiras. A própria experiência — a demonstração de voz — é altamente terapêutica fisicamente. A energia é recebida e descarregada de todo o coração, exuberante e espontaneamente, através do som. Isto envolve certas coordenações e libertações musculares internas.

Os próprios sons também são terapêuticos, neste aspeto particular; os diferentes tons, como um diapasão, têm certos efeitos sobre o sistema físico. O uso da respiração, por si só, é terapêutico nessas condições.

Ora, isto à parte de qualquer outra coisa. As demonstrações envolvem uma expansão de capacidades e de métodos — métodos de ensino e também de envolvimento de outros.

Os cânticos despertam respostas emocionais profundas nos ouvintes e nos envolvidos. As respostas emocionais são então usadas como pontos de

partida para outras experiências. A música, os cânticos, estão ricamente dotados do que, por agora, poderás chamar memória racial, tocando cordas psíquicas e biológicas e, assim, libertando certos mecanismos e memórias interiores.

Com sorte, as memórias tornar-se-ão depois memórias do futuro, bem como do passado. Embora os cânticos estejam de facto impregnados de conhecimento antigo inerente à raça, o próprio conhecimento, quando intuído, suscita uma experiência de intemporalidade. Isto tornará possível a alguns obter uma visão clara da intemporalidade do eu, existente em termos de futuro assim como de passado.

(Pausa.) As ações que surgem do cantar — como a disposição em círculo dos alunos — são todas ações profundamente enterradas, psiquicamente e psicologicamente pertinentes, que fizeram parte da vossa raça desde os seus primórdios. O cantar e a ação são chaves ou símbolos físicos que abrem as portas para um estado não físico de existência, anterior à entrada da vossa raça na história. (Pausa.) Foram significativos então e evocativos. Lembravam o homem do seu passado. Eram antigos na primeira vez em que o primeiro homem cantou ou se formou o primeiro círculo.

O Ruburt nunca teria sido suficientemente livre no passado para que tal desenvolvimento ocorresse e, claro, não foi coincidência que tu tivesses ido à aula na noite em que o canto começou a sério.

Ele queria-te lá, tanto porque confia tanto no teu juízo como porque pertencias àquele lugar. Estes desenvolvimentos estão nas suas fases iniciais.

Os cânticos também variam quanto a intenção, objetivo e significado.

Serão usados de diferentes maneiras. A “linguagem” (entre aspas) faz a ponte entre as línguas. Pode transmitir a individualidade única de muitas cerimónias diferentes, realizadas por diferentes nacionalidades ao longo dos séculos. A linguagem é estruturada, mas de modo a ser solta o suficiente para ser altamente flexível e elástica, e apenas suficientemente apertada para reter o sentido ou a sensação do tipo de linguagem a que estão habituados.

Ora, os Sumari não existem como eu existo. Tal como o meu nome, no essencial, pouco importa, também o nome Sumari, no essencial, pouco importa. Mas os nomes significam um tipo de consciência independente e única que faz uso de certos limites.

A vossa consciência Sumari é esse tipo de consciência — e a minha também —, cujos limites são muito menos restritos do que os vossos; e eu reconheço esses limites não como limites, mas como direções nas quais o reconhecimento de mim mesmo deve crescer. O mesmo se aplica aos Sumari, enquanto tais. Não é uma consciência indiferenciada, por outras

palavras, que vos fala agora, mas uma que reconhece a natureza da sua própria identidade.

É uma consciência pessoal. A diferença de grau, no entanto, entre o meu reconhecimento da minha identidade e o vosso reconhecimento da vossa é vasta. Acompanham-me?

(“Sim,” disse eu.)

O ponto é que não sou impessoal — tal como tu não és, nesses termos — e os Sumari, nesses termos, também são individuais e, nessa medida, pessoais. Tu és parte dos Sumari. Tens certas características, em termos simples, tal como uma família pode ter certas características, ou os membros de uma nação.

São reconhecíveis, embora, tal como os membros de uma família muitas vezes enfatizam a sua própria individualidade em vez dos traços familiares, também os Sumari o possam fazer. A ligação — a ligação consciente — é importante, pois, nesse aspeto, não estás só. Outros trabalham contigo e há vínculos que são mantidos e honrados. Podes fazer a tua pausa.

Agora. Não vos vou reter. Há, todavia, mais alguns pontos que quero fazer, e tentarei sê-los breve.

As canções Sumari são muitas coisas. São treino para o trabalho posterior com os manuscritos dos oradores.

(“Suspeitava disso.”)

A própria linguagem Sumari ajudará o Ruburt, libertando os seus conceitos e soltando-o do processo quase automático de traduzir dados em termos ingleses estereotipados. Os padrões de pensamento subjacentes às várias línguas são diferentes, e ele foi treinado na tradição ocidental. Isso não basta.

As traduções, quando vierem, têm de fazer sentido à mente ocidental. As novas canções são o primeiro passo neste procedimento. Mas não devem ficar limitadas pela natureza dos estereótipos. As canções antigas virão quando a prática das novas estiver completa.

Como sabes, há razões complicadas pelas quais ele começou isto nesta altura, novamente. A vossa própria relação está intimamente envolvida. Haverá muito mais que quero dizer-vos. Estou a dar-vos alguns destaques esta noite, mas sem uma sessão longa. Há aspetos de cura importantes ligados ao desenvolvimento Sumari, como o Ruburt começa a suspeitar — um tipo diferente de rutura, ou um acesso fácil à energia.

Isto contorna certos aspetos que poderiam atuar como impedimentos. Falo agora em termos gerais. Ele ainda se sente mal por não ter o teu cartão, mas o teu cartão serão dois livros.

(“Isso é muito bom.”)

(Aqui Seth refere-se a livros sobre as canções Sumari antigas e sobre as novas.)

A sessão da manhã envolvendo as canções levou-o a um novo tipo de experiência perceptiva ou estado de transe, em que não estivera antes envolvido, e que será de grande proveito nesta e noutras áreas e desenvolvimentos no futuro.

Começaram empreendimentos novos e altamente significativos — sob os meus auspícios (*sorriso*) — e esses auspícios continuarão. Acrescento ainda que a vossa relação mútua está destinada a atingir certos níveis e, quando os atinge, desencadeia os desenvolvimentos psíquicos que ambos planearam, com bastante antecedência, que ocorreriam. (*Com ênfase.*)

Vocês planejaram trabalhar juntos. Isto é tudo o que vos dou esta noite, e é ainda um mero esboço do que está disponível e presente para vós agora, se a mecânica de entrega fosse suficientemente eficaz para vos dar o material de uma só vez.

Os sonhos Sumari do Ruburt envolvem todo um treino do tipo que mencionei. Algumas das canções são-lhe dadas quando dorme. Estão também agora disponíveis. Apenas a mecânica de entrega permanece, nos vossos termos. Diz-lhe que o mesmo se aplica à saúde completa. E agora desejo-vos um feliz Natal (*em voz mais alta*) e uma calorosa boa noite.

(*“Obrigado, Seth. Para ti também.”*)

E podem ter sessões privadas sempre que quiserem, e podem saber que estão sempre disponíveis.

(*“Percebo. Muito obrigado. Boa noite.”*)

SESSÃO APAGADA

27 de dezembro de 1971

(*Esta é a sessão regularmente agendada para 27 de dezembro de 1971. Está suprimida do registo.*)

(*A sessão começou às 21h13. Às 21h11, enquanto eu e a Jane conversávamos à espera, escrevi as seguintes linhas em Sumari:*

E pato um topagon ne mu noni ra tum de. Or efuge rambo arghde re mu non de gor se to. Ne ra mena do te dore gee portog po.

(*Mostrei-as à Jane depois da sessão e pedi-lhe que as traduzisse, como fez com o cartão de Natal que lhe fiz, mas, enquanto começo a dactilografar isto na noite seguinte, ela ainda não teve tempo. A tradução será acrescentada ao fim da sessão, presumivelmente.*)

Bem, boa noite.

(*“Boa noite, Seth.”*)

Cheguei um pouco mais cedo, como ouviste.

(*“Sim.” À hora do jantar, o Seth falou à Jane com alguma dureza enquanto ela trabalhava na cozinha. Os seus dados diziam respeito aos sintomas dela e, ao que parece, davam continuidade ao material que nós*

próprios vínhamos a discutir no último dia ou dois. Pedi que a sessão de hoje tratasse apenas de material pessoal, por isso estávamos razoavelmente preparados. A Jane derramou algumas lágrimas quando veio ao estúdio dizer-me que tinha ouvido o Seth no fim da tarde. Observou também que preferia não o ter ouvido. Contudo, considere as percepções que ela obteve muito valiosas.)

Agora: o Ruburt pode, por vezes, opor-se aos termos usados para descrever o seu trabalho. A um nível superficial, a mudança aparente de escritor para psíquico aborreceu-o e incomodou-o, mas sempre foi o mesmo trabalho — e ele sabia-o. E esteve sempre compelido a fazer o que quer que fosse necessário para o produzir.

Nos termos desta vida, entrou a justificação da existência, como te disse; a história que ele contava a si próprio, por outras palavras, para garantir que fazia o seu trabalho. Ele é magnificamente focado, persistente e determinado. Quando a situação lho permitiu, começou imediatamente a reduzir todas as atividades não diretamente ligadas ao seu trabalho, a sacudi-las de cima de si, a obrigar-se a ser disciplinado, a cortar as distrações ao mínimo e, assim, evitar o conflito — ao seu modo de ver.

Fez isto com todo o empenho e com vontade férrea. Não teria um emprego vulgar. Forçar-se-ia a uma posição em que, de facto, teria de vingar através do seu trabalho, financeiramente e de outras maneiras. Tentou emular o que pensava que seriam as tuas ações nas mesmas circunstâncias, na altura em que isto começou.

Tu tinhas a disciplina por natureza, pensava ele. Ele não: daí a solidão imposta, o estreitamento de outros interesses até que a sua vitalidade fosse forçada numa direção — a direção interior. Estimulou a mente com café e cigarros, açoitando-a para a fazer ir cada vez mais depressa.

Ao mesmo tempo, dava cada vez menos alimento ao corpo, negava-lhe exercício até este começar a definhar por desuso. Então, ia para dentro com grande foco aplicado, mas mantinha o corpo com rédeas tão apertadas que lhe negava tanto energia como atenção.

Agora, tu, particularmente mais cedo, anuíste a isto. Nenhum dos dois via nada de errado nas ideias básicas por trás disto. Apenas discordariam dos resultados. Esbocei as vossas ideias conjuntas acerca da comida. Do mesmo modo, as vossas ideias conjuntas acerca do mundo em geral foram tomadas e postas em ação literal pelo nosso amigo.

Tu tinhas um historial de realizações corporais em termos de desporto, o que te levou a ter um prazer adicional no corpo que temperou os conceitos básicos que sustentavas. O Ruburt, não.

As tendências para se retirar e negar o corpo eram cedo evidentes, mas não reconhecidas. Na universidade, só a juventude milagrosa do corpo o protegeu quando Ruburt não se alimentava devidamente, vivia sobretudo de café e cigarros e passava meses sem o sono adequado.

Ele escondia-se frequentemente dos colegas por timidez e medo de os enfrentar. Escondia-se na sua poesia. A tendência já lá estava. Não tinha grande fé no corpo porque via a forma como o da mãe se comportava, sem qualquer conhecimento das razões. Portanto, o corpo não era forte. Não confiava nele. Confiava na mente, por isso a ideia de se retirar do corpo para a mente era-lhe bastante lógica quando isto começou.

(As sessões ou os sintomas?)

Por razões dadas muito antes, vocês os dois preocupavam-se com o mecanismo do corpo em termos de parto, e convinha aos propósitos de ambos minimizar as possibilidades nessa direção, poupando-se ao medo mensal de que pudesse ter havido uma gravidez.

Ruburt colocou o corpo num nível estrito de sobrevivência, dando-lhe a mais escassa atenção. Tem o hábito de ignorar os seus sentimentos, atitudes ou desejos, de tal modo que está bastante entorpecido em relação a alguns deles.

(“Bem, eu oiço-o queixar-se disso o suficiente.” Referindo-se aos sintomas.)

Entorpecido em relação aos desejos do corpo por exercício, movimento, ar. Estás a seguir-me?

(“Sim.”)

Compreende, no entanto, que aqui atuaram as atitudes de ambos, embora ele, de facto, as tenha exagerado. Consideravam o mundo, em muitos aspetos, como distraído, estúpido, as suas gentes abaixo da vossa consideração, e o vosso trabalho a única coisa importante. Dada a oportunidade (*quando eu obtive emprego estável*) e logo que pôde, Ruburt então retirou-se dele e deu a si mesmo a desculpa para o fazer — as vossas atitudes feitas carne.

Antes, a necessidade não o permitia. Ele saltou essa barreira e, quando pensaste que lhe tinhas dado a oportunidade de ser livre, ele não estava disposto a abusar dela. Forçar-se-ia a dedicar todas as suas energias nessa direção, para silenciar, por exemplo, quaisquer tentações ocasionais de ir para o quintal durante as horas de trabalho, de visitar amigos. Asseguraria que não pudesse ceder a tais tentações.

Ora, o corpo tornou rapidamente conhecidos os seus protestos, e Ruburt abafava-os sempre que possível. O corpo não era importante, exceto enquanto sustentasse as suas ideias. A sua vontade é que o conduziria.

Muitas das suas depressões eram depressões do corpo. O corpo estava deprimido, pressionado para baixo, e isto, claro, afetava o estado psíquico. Ele esconde o corpo na sua forma de vestir. O rosto está em bom estado porque o considera o espelho da sua alma e, por isso, permite-lhe expressão suficientemente livre. Ele confia na sua cabeça.

(“E os dentes?”)

Ele tem estado satisfeito com o acordo. Sentia que era necessário (*sublinhado*) inibir a expressão física para concentrar todas as energias para dentro, no seu trabalho. Sentia que era necessário inibir a mobilidade física para facilitar uma penetração mais profunda na realidade interior.

Estava a tentar sublimar a energia, retirá-la do físico para que pudesse ser usada de forma mais produtiva, ao seu modo de ver. Ora, isto não é necessário. Tinha medo de desperdiçar a energia. Esta era a sua ideia de a conservar.

Queres fazer um intervalo?

(*“Sim.”*)

(*O ritmo tinha sido bom. A minha mão estava cansada. Fiquei absolutamente horrorizado com o material. Era uma extensão de intuições que vínhamos discutindo ultimamente, mas vê-lo todo arrumado, alinhado, era devastador. Sentei-me em silêncio durante vários minutos porque não sabia o que fazer; parecia estar neutralizado pelos sentimentos contraditórios que me invadiam. Nem a Jane disse nada.*)

(*Temos planeado recentemente que eu deixe o meu emprego na Artistic no fim de janeiro e tire pelo menos um ano para pintar, etc., depois de uma viagem de um mês à Florida em fevereiro. Isto depois de terminarmos o livro do Seth no início de janeiro. De uma forma estranha, senti agora que tinha a liberdade de fazer tudo o que quisesse, quando antes me preocupava bastante com os efeitos financeiros de deixar o emprego. De repente passei a encará-lo de outras maneiras.*)

(*Perguntei à Jane por que estava a permitir que este material surgisse agora, mas ela não sabia. Eu, no entanto, andava muito zangado ultimamente, por isso senti que esta era uma razão principal. Fiquei terrivelmente deprimido, pelo menos por breves instantes. Prometi à Jane, sombriamente, que iam haver mudanças; e isto não era de modo nenhum minimizar o meu próprio papel neste problema — era apenas o meu declarado e veemente desejo de que esta loucura chegasse ao fim, que eu estava pronto para uma mudança e a exigia.*)

(*O estranho nisto é que esta sessão contém material novo, depois de todas as privadas que tivemos. E trata de causas de uma forma que dá sentido a tudo o que aconteceu; explica especialmente os nossos repetidos fracassos em romper o círculo vicioso que nos aprisiona há cinco anos.*)

Agora. Vocês os dois disseram, desde os primeiros dias juntos, que queriam pôr toda a vossa energia no trabalho. Esse era o objetivo de Ruburt.

Ele, evidentemente, não compreendia quais seriam os resultados completos. Achava que o físico podia ser dispensado em segurança, e fê-lo gradualmente. Sempre que a mobilidade física fosse exigida como auxiliar do trabalho, então ele produzia fisicamente — na vossa digressão, no compromisso na escola secundária, e assim por diante.

(O Seth podia ter acrescentado que essas ocasiões ainda estavam aquém fisicamente, no entanto, em relação a outros que não estavam diminuídos. Para não falar do tumulto emocional e da preocupação sobre se o evento poderia ser levado a cabo.)

Ele pensava que teria a tua aprovação, que tu também farias tudo o necessário para pôr todas as tuas energias no trabalho. Achava que te estava a mostrar que estava (*sublinhado*) determinado a aproveitar a oportunidade que lhe deste.

No passado, tu muitas vezes protestaste contra as tarefas de sábado enquanto ele as apreciava bastante. Para te mostrar que podia ser como tu, adotou a tua atitude, escondeu qualquer prazer que costumava sentir nelas e tomou medidas para as cortar da sua vida tanto quanto possível; como sentia que tu farias se tivesses a oportunidade.

(Nem nas minhas fantasias mais loucas eu alguma vez consideraria adotar males físicos para evitar fazer uma coisa como tarefas.)

Tu própria terias caído em muitos problemas com as atitudes que tinhas se a oportunidade te tivesse surgido primeiro. Compreendes?

(“Sim.” Mas eu, ainda assim, não adotaria males físicos, etc.)

Também aprendeste, então, ao veres as tuas atitudes feitas carne. Eram atitudes conjuntas, note-se. Não quero dizer que Ruburt pôs em carne apenas as tuas atitudes. No entanto, ele tem uma mente de via única nesse aspeto. Quando o vosso sistema de comunicação de facto falhou, a situação estava no seu pior para ele. A um nível inconsciente, sentia que estava a fazer o que era certo, que devias aprovar, que, apesar do incómodo e da dor física, ele mantinha-se firme.

À medida que isto começou a ocupar cada vez mais do teu tempo, porém, ele ficou preocupado, pois não tencionava ter o seu trabalho ao preço da tua dificuldade com ele. Sentia-se culpado o suficiente por teres de trabalhar fora. Podia justificar alguns pequenos incómodos da tua parte, mas não a tua inquietação continuada e preocupação ansiosa.

Sempre que tinha um problema de trabalho, apressava-se então a retirar mais energia física para ir para dentro com maior aceleração. A chave é: ele achava isto necessário. Tomou literalmente a ideia de pôr toda a vossa energia no trabalho.

A exuberância do corpo tem sido escondida e negada. Dá-se-lhe algum exercício quando vão dançar; exercício repentino após inatividade. Não têm uma estrutura diária para esforço físico ou atividade diária de qualquer tipo. A exuberância do corpo tem agora de ser gentilmente instigada, porque foi forçadamente reprimida.

Ruburt acreditava que o seu lugar era no seu quarto. O tempo gasto na preparação das refeições, na vossa atividade social, em viagens, era tempo desperdiçado, e a tua atitude era em grande medida partilhada por ti. Ele simplesmente levou-a mais longe na prática.

A ideia de que o ser é a sua própria justificação é importante aqui: os direitos e privilégios do corpo não podem ser ignorados por muito tempo, embora o corpo de Ruburt tenha aguentado muito. Devias estar agradecida, nas circunstâncias, por a condição não ter sido pior, pois a própria resiliência do corpo lutou de volta e forneceu algum equilíbrio a partir da sua própria sanidade.

Muitas vezes o corpo não permitia o sono, porque os músculos simplesmente precisavam de ser usados. Saltavam por si mesmos apenas pelo exercício, independentemente das sugestões de que o sono viesse. Vocês os dois minimizaram em grande medida a importância da vida física. A tua natureza e as circunstâncias impediram-te de caíres numa situação semelhante.

Quando Ruburt sentiu, como já te disse, que já não o amavas, então tinha menos utilidade para o corpo. Ele sentiu que a condição do seu corpo te deveria dizer quão devoto tem sido ao trabalho, em vez de o criticar por não andar direito ou não comer o suficiente. Sentiu que deverias considerar a sua condição como um dos meios adotados num objetivo em que ambos acreditam. Tinha então medo de abandonar a condição por receio de usar energia física à custa da energia mental e, portanto, à custa do seu trabalho.

(Discordo destas ideias o mais que posso. Pode ser bater no ceguinho, mas deixe-me dizer que tenho dito à Jane vezes sem conta que não considero a sua condição física um preço aceitável a pagar por qualquer tipo de realização criativa. Esta ideia, no entanto, não penetrou.)

Vocês os dois sempre protestaram contra pessoas com excesso de peso. Ele não achava que isso te incomodaria então.

(Mas incomoda, terrivelmente.)

Mais uma vez, ele não previu os resultados. Quando se tornaram óbvios, decidiu que não havia nada a fazer senão aguentá-los se o fim os justificasse.

(Esta afirmação atingiu-me de tal forma que tive de parar de escrever por um pouco para recuperar do meu espanto. Pedi ao Seth que esperasse.)

Ele sentia que tu não o querias na cama de qualquer maneira, por isso não te queixarias aí. Tentou então alcançar o objetivo de formas que não te perturbassem, tanto quanto ia o seu entendimento na altura.

(Achei tudo isto bastante incrível, etc.)

Quando a vossa comunicação foi restabelecida, ele começou a ver que tu sofrias muito mais do que supunha com o seu curso de ação.

(Expliquei isto à Jane no verão passado. Mas isso foi há seis meses e não houve mudança.)

Quando começou, como explicado, a vossa relação pessoal estava relativamente num ponto instável. Não sentia que pudesse depender de ti e, por isso, voltou-se para dentro da forma indicada.

Agora faz o teu intervalo. Podes terminar a sessão se preferires.

(“Não.”)

(Durante o intervalo, a Jane recebeu um telefonema de Nova Iorque; a pessoa que ligou, uma rapariga, contou a morte, esta noite, de Francois Nesbitt. Com 46 anos, de ataque cardíaco, etc. Retornado.)

Nada o podia demover desse curso enquanto acreditou que era o certo. Quando vocês os dois se tornaram mais abertos emocionalmente, então ele começou a duvidar.

Ele quer que deixes a Artistic e pintes a tempo inteiro, para te compensar pelo que sofreste por sua causa e também porque agora acredita que esse é o rumo correto a seguir. Irei aprofundar isto na nossa próxima sessão.

Parte da reação tinha a ver com condicionamento passado, e tudo estava interligado. Ele foi tantas vezes avisado: “Não desperdices a tua energia”, “Não sigas tantas direções ao mesmo tempo”, “Refreia-te”, e por isso estava a certificar-se de evitar esses escolhos.

A condição com os dentes resultou simplesmente de manter o lábio superior tenso, cerrando o maxilar. Ele fez a cama, deitar-se-ia nela. Relaxar significava baixar a guarda e deixar entrar distrações. As tensões físicas alteraram então a aparência dos dentes. Fisicamente houve infeções, o suficiente para manter a condição e nada mais. A condição tinha certos limites invisíveis que eram cuidadosamente mantidos. Só quando o corpo se opunha e ultrapassava esses limites é que ele ficava assustado, pois via então que lhe faltava o controlo sobre o corpo que pensava ter. Não conseguia silenciar todas as suas objeções.

Nunca planeou que a condição se tornasse permanente, mas apenas como um processo de condicionamento a ser dispensado quando já não fosse necessário. Ele também queria que visses o quão arduamente estava a trabalhar, para que não ressentisses o facto de ele estar em casa. Isto também mostrava que estava a pagar o privilégio. Não tencionava que tu pagasses também.

No início encorajaste-o, e consideraste tais sinais de retraimento como indícios da sua maturidade. Além disso, no passado, ambos viam qualquer empreendimento desligado do vosso trabalho como uma distração. Ele tratou de os cortar e, em grande medida, dispensá-los.

A dança fazia-lhe sempre bem, e a ti também. Por vezes havia repercussões físicas depois, simplesmente porque os músculos estavam tão pouco habituados à atividade.

Vou terminar com uma nota, no entanto. Nas circunstâncias, a ideia de férias, com ou sem variações, é boa, durante as quais o foco sobre os aspetos físicos da vida deve ser sublinhado e incentivado. Têm alguma pergunta?

(“Estas férias vão servir para alguma coisa? Parece-me que tem de haver uma forte mudança de atitude da parte dele, ou tudo isto vai ser desperdiçado.”)

O descanso, a mudança de foco, serão benéficos. O tempo concedido a prazeres simples do corpo

(“Mas ele tem de estar disposto a fazer essas coisas...”)

(Eu estava bastante cético. Estava a lembrar-me de muitas outras declarações semelhantes do Seth sobre férias, etc., nenhuma das quais tinha conseguido nada que eu me recordasse. Lembrava-me agora do que o Seth dissera no início da sessão sobre a atitude da Jane quanto a férias, tarefas, etc., serem uma perda de tempo, já que essas coisas a afastavam do trabalho.)

O estímulo de uma mudança de ambiente físico será benéfico. A comida de restaurante também estimulará o apetite dele, e as mudanças de cenários físicos, por si só, serão refrescantes. A mudança também quebrará padrões antigos de comportamento e ajudará, portanto, a mudar a sua atitude.

(Eu não acreditei em nada disto, e ainda não acredito. Deixei o Seth ver a minha incredulidade, mas não disse mais nada. Nem alguma vez vi umas férias quebrarem quaisquer padrões de comportamento ou mudarem atitudes. Depois da sessão, disse à Jane que precisava de ver para crer.) Agora podem terminar a sessão ou fazer um intervalo.

(“Mais vale terminarmos, então.”)

A tua compreensão também ajudará, pois ele pensava que estavas de acordo com a premissa básica.

(“Ele sabe há pelo menos um ano que eu não concordo nada — e provavelmente há mais tempo do que isso, Seth.”)

Ele não compreendia que, no essencial, não estavas de acordo. Agora vou terminar a sessão e espero que estejas contente com a informação.

(“Estou. Boa noite, Seth, e muito obrigado.”)

(Creio que a sessão é provavelmente a mais importante que obtivemos, embora essa importância assente, claro, em todas as que a antecederam.)

(Ainda tenciono deixar a Artistic no fim de janeiro, embora algumas das minhas ideias tenham mudado. Agora pergunto-me se a Jane tomará o meu pintar a tempo inteiro como um sinal de que o seu rumo sempre esteve certo, e simplesmente intensificará o seu retraimento. Mais cedo, hoje, disse-lhe que já não tinha mais tempo a esperar, por causa da minha idade física, que já não queria esperar, etc. Fácil de dizer. Não faço ideia se vou conseguir, mas sinto que mais vale tentar. Sinto-me exausto, e que todas as outras vias foram exploradas.)

(Segue-se a tradução do Sumari citado no início da sessão:)

O corpo conhece o seu esplendor.

Acautela-te com aqueles que o negariam.
Como um garanhão, erguer-se-á e dar-te-á um coice
Se lhe refreias o poder.

(A Jane traduziu isto na manhã de quarta-feira. É muito interessante notar que, embora eu tenha escrito o original em Sumari, é ela quem o torna disponível em inglês. Quando o escrevi não fazia a menor ideia do seu significado, etc. O mesmo se aplica aos versos que escrevi para o cartão de Natal dela.)

SESSÃO APAGADA 29 DE DEZEMBRO DE 1971

(Esta é a sessão regularmente agendada para 29 de dezembro de 1971. Está eliminada do registo.)

(A Jane teve um ataque de choro à mesa do jantar esta noite. Material veio à consciência depois de ela se levantar de uma sesta por volta das 5:30 PM e começar a preparar a refeição. Incentivei-a a falar sobre o que lhe ia na cabeça, embora o jantar lhe ficasse frio, etc., e tinha a certeza de que o Seth abordaria o assunto esta noite.)

(Às 8:52 escrevi o seguinte em Sumari enquanto esperávamos pela sessão:)

Et u non regon du me nenorg agghor Pe tu re sansori do du rantu gorheg. To porney tu verg monet grusharky po Ter kor ce tu cet ve can ka tonly du Prevoort kliner per to andi to very yaz Zu tu sa sen sor pruken ve do.

(Não mostrei isto à Jane, nem pedi tradução, até depois da sessão. Começar às 9:14.)

Bem. Boa noite.

(“Boa noite, Seth.”)

O Ruburt, pelo que percebo, deu-me carta branca.

(Com algum humor.)

Há coisas que creio que compreendes sobre a tua encantadora companheira. Uma coisa, no entanto, é uma grande consistência que te escapa, por baixo de todas as máscaras mutáveis do seu comportamento.

Ele tem vários dons importantes de carácter, agora, distintos de aptidões. Um é a persistência duradoura, uma maciça intensidade interior dirigida aos seus objetivos. Há também a capacidade de suportar contrariedades, ou mesmo dor, se acredita que é por um princípio suficientemente elevado.

Ora, todas estas qualidades são dignas de nota e podem ser usadas em benefício. O problema embutido é que ele perseguirá um rumo com teimosa obstinação e determinação, uma vez adotado, até que resulte no fim desejado ou se prove desastroso.

Isto tem sido constante em todo o seu comportamento. Pelo que acredita, tentará saltar qualquer obstáculo e estará disposto a sofrer quase qualquer indignidade. Por outro lado, ressentido a mais pequena inconveniência que não esteja ligada aos seus objetivos, e ergue-se veementemente contra até a mais leve restrição que considere fora das regras, ou à parte dos vossos propósitos conjuntos e individuais.

Queixou-se, de novo, do trabalho psíquico, mas isto, embora importante, era profundamente reconhecido como parte da sua natureza, uma extensão dela muito antes de a aceitar conscientemente. Estás a seguir-me?

(“Sim.”)

Agora. Intuitivamente, ele sempre acreditou que devias deixar a Artistic. Ficou algo assustado com as circunstâncias há alguns anos, quando não tinhas dinheiro de reserva, mas, mesmo então, intuitivamente, sentia que devias fazê-lo.

(“Podes esperar um segundo, Seth, enquanto desligo o aquecimento?”)

(Estávamos a realizar a sessão no gabinete de trabalho da Jane, do outro lado do corredor da sala de estar, para obter mais privacidade. Estava tanto calor que a Jane vinha a despir peças de roupa desde que a sessão começou.)

Sim — mas o aquecimento está ligado.

(“Percebo”, disse eu enquanto rodava o botão do radiador.)

Abre também a janela da cozinha.

(Depois de me sentar de novo:)

O conflito era óbvio, então: ele decidira escrever, ganhar a vida dessa forma. Recusou criar um padrão de empregos. Por meu instigamento, começou as aulas, que o levaram, ainda que lentamente, a outras áreas de desenvolvimento financeiro.

Determinou que não te iria pressionar de maneira nenhuma. Por causa da diferença de idades, partiu do princípio de que sabias mais do que ele e, quando te tinha empurrado para a Florida, não resultara. Decidiu que nunca mais te empurraria.

Estava preparado para que deixasses a Artistic e arriscasses assim que tivesses mil no banco. Vês a natureza dele.

(“Sim.”)

Enquanto mulher, apreciava a tua preocupação com a segurança, e parte dele assustava-se ao pensar em tu abdicares então do rendimento, mas a parte intuitiva maior sentia que devias fazê-lo. Não te sustentaria com um emprego, mas fá-lo-ia através dos seus livros e de outros empreendimentos.

Perderam a comunicação durante algum tempo. Ele não sabia se estavas realmente satisfeita com o trabalho ou não. Se estivesses, então não via por que razão não arriscavas. Se não estivesses, então tanto mais

motivo para o fazeres, para te dares tempo adicional. Sentia-se profundamente desleal por pensar que deverias estar a fazer algo que, evidentemente, ainda não tinhas decidido fazer. Sentia que, quando ou se falasse disto, ficavas profundamente magoada, pensando que ele não compreendia o teu sacrifício — o emprego, mas ele não queria o teu sacrifício. Queria-te livre para fazeres a tua pintura. Achava que não ficarias satisfeita em desistir a não ser que ele tivesse um emprego, e isso ele não podia fazer por causa do seu próprio compromisso com o trabalho.

(Há muito que abandonei qualquer ideia de a Jane arranjar um emprego regular — talvez há vários anos, etc.)

Sentia-se então encurralado. Retirou-se fisicamente, lançando — assim pensava — ainda mais energia nesse curso de tentar produzir um livro suficientemente bom para libertar ambos. Quando as recompensas financeiras começaram a acumular-se e tu não fizeste um movimento, começou a pensar que era fútil.

(É este o material de que a Jane me falou, em lágrimas, à hora do jantar, etc.)

Foste tu quem sempre disse que queria pôr toda a sua energia no trabalho. Tu, a quem ele seguia com tanto entusiasmo. Desgastaria o corpo por ti e pelo seu trabalho, mas tu não darias esse passo. Ele não conseguia perceber porquê. A operar, de novo, da parte dele, estavam as dúvidas: conseguiria mesmo safar-se se tu te demitisses? Mas estava mais do que disposto a tentar, se lhe fosse dada a oportunidade.

Nas vossas discussões, voltavas a: “Sim, mas não posso contar contigo para arranjares um emprego e ajudares.” Claro que não podias. Ele achava que isso estava entendido. Podia ajudar-te à sua maneira, e essa não era a dele. O seu compromisso proibia-o. Achava que o teu compromisso também te proibia. Sentia, nos últimos anos, que poderia sustentar-vos financeiramente a ambos, com o teu apoio psíquico, se houvesse estímulos e ele soubesse que estavas a fazer o que querias. Não tem intenção de arranjar um emprego, mas considera isso uma homenagem da parte dele e tua. Começou a sentir que o status quo iria perdurar. Queria que o ímpeto viesse de ti, mas apercebia-se de que a tua preocupação com ele, ultimamente, tornava isso relativamente impossível. Assim, sentia-se apanhado.

Para além disso, o padrão estável de vida diária e anual assustava-o em termos pessoais. Sempre determinou e disse que não se casaria com alguém que ficasse colada a uma casa na esquina da Main com tal e tal rua. Isto significava simplesmente que o padrão convencionalmente aceite não era aceitável para ele.

Via-vos a escrever e a pintar juntos. Como não têm outros contactos próximos, esse laço emocional era importante. Porque se concentra com tanta intensidade, precisa de mudanças de ambiente físico como

contraponto. Via-se a escrever livros, depois a fazer uma viagem para quebrar a rotina, regressando novamente e mergulhando no trabalho.

Há muito que abandonou a ideia de andar a correr livremente pelo campo. Precisa profundamente de uma base doméstica, tal como tu, mas o teu emprego aqui também vos restringia a ambos. Sentia que não compreendias essa necessidade, que não era lógica.

O dinheiro significava pouco se não vos trazia o que queríeis ou nem sequer proporcionava um ambiente mais desejável. Pensava: mais um livro, mais dinheiro no banco para pagar impostos, tu ainda no emprego, sem viagens, apenas mais um livro para mais dinheiro. Sentia que estavas a atirar-lhe o presente à cara.

Isto é à parte do empreendimento criativo dos livros. Para estes — para “fazer a sua cena” — drenou o corpo porque achava que tinha de o fazer, e para que recompensa?

Também tinha medo de perder o que tinham, de perturbar o padrão da vida corrente, particularmente se não te sentias pronta. Ficou profundamente preocupado contigo e olhava para ti em busca de liderança. Sentia que o tinhas abandonado no que tocava à vossa preocupação conjunta com o trabalho.

O trabalho psíquico ocupava mais do teu tempo. O óbvio, para ele, era deixares o emprego (a Jane, como Seth, quase riu), pintar e teres o tempo de que precisavas. Parecias disposta a não fazer ajustes de espécie alguma. Ao mesmo tempo, ele sentia que começarias a ressentir o tempo tirado ao teu trabalho, mas agarrar-te-ias ao emprego como a uma tábua de salvação até ser tarde demais.

À medida que via os teus amigos fazerem ajustes dentro das suas possibilidades, ficou mais assustado. Parecia que nenhum dos dois daria um passo físico. Sentia-se aprisionado no segundo piso da casa com o seu trabalho, mas rangeu os dentes e continuou.

As poucas observações que fazia nunca mostravam o seu profundo descontentamento emocional. Tu dizias: “Mas diz que não vais arranjar um emprego”, ou “Não és capaz”, e isso fazia-o pensar que tu não compreendias nada. Claro que ele não o faria, e tu não devias querer que o fizesse.

Apreciava o tempo que lhe davas, mas não queria o sacrifício de ti própria. Era, para o seu modo de ver, um presente pervertido, para o qual não podia dar agradecimento adequado — um presente que negava o que querias não era presente, mas um fardo insuportável.

Sentia que devias saber isto. Nunca o traria à baila. O medo era demasiado grande. Pensarias que ele não compreenderia, ou que não apreciava o que estavas a fazer. Com o que ele estava a fazer a si próprio — desnecessariamente, mas ele não se dava conta — então não conseguia

entender por que não insistias em fazer o que dizias que querias fazer. Ou isso, ou admitir que não o querias.

Muito disto tinha a ver com a imagem na sua mente, bastante inconsciente, do que esperava que a vida fosse. Envolvia os dois a trabalharem juntos contra qualquer impedimento, a fazerem viagens juntos e a terem liberdade nesse aspeto, uma mobilidade por causa do vosso estilo de vida.

Simbolicamente, o emprego significava para ele uma grande rutura psíquica, depois de, agora, sentir que tinhas dinheiro suficiente no banco para vos sustentar por algum tempo. Isto, obviamente, não se aplicava quando não tinhas meios.

Trabalhou então para os conseguir.

Sentia que ressentias o facto de ele estar em casa. Tinha o hábito de dizer “Tu não sabes o que é picar o ponto”, pensava ele, ressentido. Tomava isso como uma acusação. Sentia profundamente que não tinhas ninguém a culpar senão a ti própria se não te demitisses. O dinheiro estava lá para ser usado, e estavas a culpá-lo quando ele não merecia tal culpa nesse grau.

Estes pensamentos cheiravam a deslealdade. Não os admitiria conscientemente. Tinha receio de exigir que te demitisses, com medo de que disseses “Eu demito-me se arranjares um emprego”, e isso ele não podia fazer por causa do seu próprio compromisso.

Quando se mudou para este apartamento, a ideia foi: “Se o Rob não usar o dinheiro, então pelo menos terei mais espaço.” Sentia-se profundamente incompreendido, apesar de quaisquer ideias de lógica ou razão em termos convencionais. Sentia profundamente que devias ter saído há anos, que a tua própria intuição te deveria ter dito isso. Estava perdido para compreender por que não o fizeste, ou por que parecia (sublinhado) que insistirias num emprego da parte dele antes de saíres.

Com o livro dos sonhos, sentia, para além do material já dado, que era inútil. Haveria mais dinheiro no banco e, para ele, era dinheiro manchado de sangue, podre ou estragado como fruta demasiado madura e não usada. Sentia que estavas a negar o teu próprio talento e capacidades. Dizias-lhe constantemente para confiar em si, mas não lhe davas exemplo, apenas palavras, pois não confiavas em ti própria nesse grau.

Sabia muito bem que, em termos convencionais, ambos se lançariam à deriva financeiramente. Lembrava-se, no passado, de como se sentia ao levantar dinheiro do banco. Estava bem ciente dos seus próprios medos também, mas sentia que o estímulo os compensaria, e que tu não juntarias a tua coragem à dele quando ele vacilava. A menos que fizesse alguma coisa, sentia, o status quo continuaria.

Os sintomas matinais estão claramente relacionados com o facto de trabalhares de manhã. Os sintomas exagerados de fim de semana estão

ligados a dois fatores: primeiro, as tarefas que ele sente que tu detestas profundamente; segundo, a situação de domingo quando a tua mãe está em casa. Ele sente que nenhum de vocês está a ser amável para com ela, apenas a sustentá-la, para reforçar as vossas próprias ideias de vós mesmos enquanto filhos. Isto também tem a ver com perturbações não ligadas ao teu trabalho, para as quais ele não tem paciência.

Podem fazer um intervalo.

(10:14. No intervalo, a Jane teve um verdadeiro desabafo, durante o qual afirmou com grande veemência que não arranjará emprego, que não tinha intenção de o fazer, etc. Pensei que isto era material que ela guardava há muito tempo. Eu não lhe pedira recentemente que arranjasse emprego. Qualquer coisa que eu dissesse sobre a Jane e empregos referia-se a experiências passadas, que não tinham resultado, etc.

(Não percebi se a Jane considerava os últimos cinco anos desperdiçados ou não, incluindo os livros, o trabalho psíquico, a pintura, etc. Da minha parte, disse que o fim de janeiro marcaria uma mudança no nosso modo de vida e que não pensava que voltássemos ao antigo — deixava, obviamente, demasiadas coisas a desejar apesar de quaisquer realizações, etc. Retomar às 10:40.)

Agora. Ele considera as realizações altamente importantes. É por essa razão que, de forma equivocada, drenou a energia física e cortou todas as distrações. Estava também profundamente consciente da tua parte nelas, nas sessões e no teu apoio. Nesse sentido, eram a sua própria recompensa. Os benefícios secundários, para ele agora — as recompensas financeiras — ficavam latentes. Sentia que deviam ser reinvestidos — usados para ti e para o teu trabalho — e que não estavas a aproveitar essas recompensas secundárias, que permaneciam por usar quando deviam fornecer-te, agora, a oportunidade de fazeres a tua pintura.

Sentia que era inevitável — ou deveria ser — que, a dado momento, te dedicasses à pintura; que tu sabias disso, que isso estava sempre à tua frente, e que estava a ser desnecessariamente adiado.

Temia que viesses a ressentir-te ainda mais profundamente disto e que não te levantasses a tempo para fazer o que tinhas de fazer. No início, ele tinha medo de arriscar, mas não arriscar tornou-se, finalmente, insuportável. Temia que não o fizesses. Não queria ser ele a aplicar o estímulo. Queria que viesse de ti.

Por amor e lealdade, preocupa-se profundamente com o teu trabalho e desenvolvimento. Tinha medo de te lançar numa situação antes de estares pronta, e parecia-lhe que, se não fosses tu a iniciar a ação, não estarias pronta. Teme, naturalmente, a mudança, mas o medo de não a fazer é muito maior. Está determinado a que tenhas a oportunidade apesar de quaisquer consequências, apesar de medos naturais ou de qualquer outra coisa.

Também está intuitivamente certo de que, sem o estímulo, nunca desenvolverás plenamente as tuas capacidades. Haverá outras bengalas em que te apoiares. Sabe que isto é algo que tens de fazer, que é mais importante até do que a insegurança financeira, que uma parte profunda do teu ser ficará para sempre insatisfeita se esse rumo não for seguido.

Sente que está a forçar a questão, mas que tem de a forçar agora. Receia que já não haja mais razões suficientemente legítimas para te deter; que é um desafio que sabes que tens de enfrentar e que o melhor serviço que te pode prestar é levá-lo ao clímax.

Automaticamente, as condições de vida serão muito mais do agrado dele. Terás automaticamente uma liberdade com o tempo e o espaço. Ele está a apostar que os estímulos trarão maiores vendas de livros, maior produtividade, mais livros e vendas para ajudar a financiar o estabelecimento enquanto enfrentas as tuas próprias capacidades.

Sente que estarão psiquicamente mais coesos, a trabalhar mais eficazmente como unidade, que os esforços serão direcionados de forma mais clara para aquilo que querem. É o estilo de vida que ele sente ser natural para vocês e que, se dele se desviam por demasiado tempo, se tornam menos unificados e relativamente apáticos. Sente então que voltarão a trabalhar ativamente para um objetivo comum, com um estilo de vida mais adequado, no dia a dia, às vossas naturezas.

(Inclinando-se para a frente, com algum humor:)

Agora, eu concordo.

(“Está bem. Eu também.”)

Os problemas estão a ser trazidos para a luz do dia, onde pelo menos podem ser tratados na sua devida dimensão, da forma destinada a vocês para os gerir. Isto não significa que tudo serão rosas. Não estou a fazer previsões esta noite, mas, se avançarem com coragem e convicção, saberão que estão a fazer a coisa certa e serão recompensados criativa e financeiramente.

Há outros empreendimentos que podem ser tentados, e qualquer um deles dará retorno financeiro, ajudando-vos a vós e a outros e libertando as vossas mentes; ainda que possam tirar algum tempo, digamos, ao vosso trabalho, seriam preocupações conjuntas, refletidas no vosso trabalho, não energia dirigida completamente para fora das vossas preocupações. Estou a falar agora de algumas das ideias listadas pelo Ruburt.

Podem fazer um intervalo ou terminar a sessão, como preferirem.

(“Fazemos o intervalo.”)

Agora. Os medos e dúvidas ligados a tal rumo foram enterrados e não enfrentados, por isso não se surpreendam se vos surgirem de repente. As consequências de não seguir tal rumo também vos deverão ser bastante patentes. Sentir-te-ias enganado e traído por ti próprio e por outros, sem nunca saberes o que poderias ter feito se te tivesses dado a oportunidade.

A tua sociedade não o vai oferecer livremente. Por outro lado, apenas aqueles com determinação para agarrar a oportunidade tirarão proveito dela nas condições atuais.

A situação fará automaticamente emergir problemas e desafios que puseste de lado, mas também oferecerá possibilidades de desenvolvimento graças ao foco alterado, não possíveis de outra forma. Estás a seguir-me?

(“Sim.”)

Por agora, então, despeço-me com um caloroso boa noite, e farei tudo o que puder para te ajudar quando o solicitares.

(“Obrigado. É apreciado.”)

(O Seth fez agora alguns comentários, aqui não registados, sobre eu usar o nosso gravador para obter mais informação, mas, como de costume, hesitei por causa do tempo que depois a transcrição envolve. Este foi o fim da sessão. O transe da Jane tinha sido profundo toda a noite, o ritmo rápido.)

(Às 11:25 PM mostrei-lhe o verso em Sumari que escrevera antes da sessão e pedi uma tradução. “Essa é a tua primeira tarefa amanhã de manhã”, disse eu. A Jane então devolveu-me a página e pediu-me que lesse o verso. Ouviu atentamente e disse que “apanhara algo na primeira linha”. Eu não esperava nada sobre a tradução do verso esta noite, especialmente depois de uma sessão longa.)

(Depois, a Jane traduziu o verso inteiro. Eu escrevi as palavras à medida que ela as ia dando:)

Aqueles a quem os deuses dão dons devem usá-los.

Lustra os teus dons de manhã,

Faz-lhes brilhar com o anseio,

Colhe-os das árvores trémulas da criação

E aninha-os ternamente no cesto do teu amoroso labor.

Usa-os ou transformar-se-ão de frutos em pedras que

São pesadas.

(Após uma pausa, a Jane disse: “Há mais. Isso foi tudo o que apanhaste, mas há mais.” Esta foi outra surpresa. Às 11:30 voltou ao transe Sumari e entregou o resto do poema. Não está incluído aqui, uma vez que ela fez as suas próprias cópias para o seu caderno Sumari, deste e dos três poemas que se seguiram. As minhas notas originais contêm uma lista dos tempos que cada poema levou — apenas uns poucos minutos — mais alguns comentários. A sessão terminou às 12:15 AM.)

(A Jane estava realmente zonza e sonolenta quando acabou. Achei a sua prestação notável e os poemas de alta qualidade. “Eu limito-me a sentar-me aqui e eles saem”, disse ela, mas é óbvio que há aqui muito para aprendermos.)

SESSÃO APAGADA

3 DE JANEIRO DE 1972

(Esta é a sessão regularmente agendada para 3 de janeiro de 1972. Está eliminada do registo.)

(Uma nota: esta tarde, a Jane começou a traduzir a longa carta que lhe escrevi em Sumari a 31 de dezembro de 1971. Parece ser “A Sagrada Escritura dos Regulamentos”. Eu não fazia ideia do conteúdo da carta quando a escrevi, por impulso. São três páginas de escrita bastante cerrada, com alguns números incorporados em alguns parágrafos, dois ou três diagramas e um símbolo simétrico a lembrar uma mandala. A Jane tentou várias vezes obter algo dela recentemente, sem sucesso; depois, abruptamente, esta tarde, começou a abrir-se para ela.)

(À hora do jantar desta noite, expliquei à Jane alguns problemas de natureza técnica, ligados à minha pintura. Creio ter resolvido alguns deles, ou pelo menos estar lançado no rumo certo após um período muito longo de tentativa e erro. Envolvem sobretudo trabalho de retrato e coisas tão mundanas como o manuseamento da tinta, tanto opaca como fina, e o significado simbólico por detrás destas coisas. Disse à Jane que não estava a pedir que o Seth entrasse nisto esta noite; preferia que falasse sobre a Jane ou o trabalho Sumari. Fiz um esforço extra para lhe explicar estas preocupações porque sinto que fazem parte do ressurgimento que me parece estar a acontecer desde que decidimos que eu deixaria a Artistic no fim deste mês.)

Bem. Boa noite.

(“Boa noite, Seth.”)

Dá-nos um momento. Os problemas são muitas vezes apresentados como desafios, para serem aceites e usados para um propósito maior.

Existem temas múltiplos entrelaçados em qualquer sociedade num dado momento, e todos estão relacionados. Há significado em todos eles. Nas eras dos grandes artistas, a civilização foi unida por uma série de revelações, ideias e também distorções. O artista era uma parte importante da sua sociedade.

As distorções cresceram tanto que toda a estrutura ruiu. Muitos artistas confiaram nas construções estereotipadas da sua época, em vez de olharem para dentro em busca das suas próprias revelações, de modo que a arte poderia ter-se tornado a forma artística congelada — a pintura poderia tê-lo sido — que mostrava claramente a imobilidade espiritual de um povo que acabou por secar.

O mundo, a partir desse centro criativo inicial, tinha de se expandir. Não podia fazê-lo impondo a sua cultura, por muito admirável que fosse em muitos aspetos, a outros. A cultura tinha de mudar, os alicerces da arte tinham de mudar, as velhas imagens tinham de ser (sublinhado) demolidas,

pois tinham começado a congelar o nascimento de novos entendimentos e sentimento criativo.

O artista tornou-se, nesse ponto, verdadeiramente um iniciador, já não apoiado pela sociedade cultural. Enquanto a maioria ainda estava imersa no antigo, os artistas já experimentavam o novo e tornaram-se, em certa medida, foras-da-lei para o seu próprio povo.

Os artistas menores que continuaram a seguir padrões antigos muitas vezes fizeram-no porque, honestamente, não eram iniciadores ou criadores, apenas fáceis. Pertenciam à “mente de massa” (entre aspas) da época; por isso, não tinham de se sentir à parte e eram aceites.

Pensas que tens vivido sob grandes desvantagens, por teres nascido numa sociedade que torna a verdadeira criatividade tão difícil.

Contudo, a verdadeira criatividade tem muito mais probabilidade de florescer na medida em que não estás preso pela “mente de massa” e não és tentado pelos atrativos. *(Longa pausa às 9:10.)* Escolheste as circunstâncias contra as quais te irias bater. O tipo de arte que produzirás não está destinado a ser a arte da juventude. Não é isso que pretendes. As tuas perceções e intuições deveriam ser peneiradas através de anos terrenos de conhecimento e experiência. Por meio destes, a sabedoria infantil mostrar-se-á de facto, mas uma sabedoria que foi posta à prova, que conhece a sua própria integridade ao longo das estações.

Uma aceitação precoce ter-te-ia tentado a depender da facilidade antes de a espontaneidade interior começar sequer a crescer até à maturidade. O teu trabalho inicial de banda desenhada deveria ter-te dito isso. Eras bastante hábil e poderias ter-te dado bem com isso por mais tempo noutros campos de atividade — a TV, por exemplo — se tivesses escolhido.

(Eu era muito hábil — tanto que grande parte do meu trabalho inicial consistia em finalizar o trabalho de outros para que reproduzisse bem. No ofício da banda desenhada eu era um “inker” (arte-finalista), e tinha mais trabalho disponível do que conseguia dar conta. Também ganhava muito dinheiro em tenra idade, naqueles dias antes de impostos altos. Um rendimento comparável agora corresponderia a várias centenas de dólares por semana.)

Não escolheste esse caminho fácil por uma razão. Sabias que te estavas a preparar, mas o tempo de preparação prolongou-se para além do necessário.

Os desenvolvimentos psíquicos também estão interligados com o teu próprio trabalho; por duidares de ti, prolongaste o período de preparação. O período final foi — e é — para ser aquele em que as tuas energias são dirigidas ao teu trabalho sem o emprego externo, pois acabaste por sentir que não estavas a fazer o que devias fazer; isto, por si, inibiu ainda mais a tua confiança em ti, e, portanto, o desenvolvimento do teu trabalho.

A confiança entre ti e o Ruburt era também um pré-requisito segundo os vossos próprios planos, estabelecidos anteriormente. O ímpeto para te ajudar é algo embutido, também pensado como estímulo adicional para o Ruburt no trabalho dele e no nosso. As energias das vossas naturezas já começaram a reagrupar-se. Tens, portanto, uma base firme de onde começar os teus empreendimentos, desde que compreendas — e acredites — que a tens.

Se houve “bombas-relógio” embutidas, como o Ruburt disse uma vez, também houve pontos incorporados para vos conduzir a novas áreas altamente produtivas.

Agora. O ioga é bom, um confronto do Ruburt com o corpo dele, conduzindo a uma reconciliação. Não deve, no entanto, esforçar-se demasiado. Já estão a começar a limpar-se canais de energia. A disponibilidade e o reconhecimento ocorreram mentalmente, claro, para tornar os exercícios possíveis.

Sugiro que façam um intervalo e continuaremos.

Agora. A inibição que te impunhas a ti próprio ao trabalhares fora refletiu-se inevitavelmente no teu trabalho, assim que te apercebeste de que o rumo já não servia o seu propósito. Não estavas uno contigo nem com o teu curso de ação. Estavas, então, um tanto aparte de ti próprio.

Nos teus esboços permites total liberdade. Os esboços esboçam-se a si mesmos através de ti, por isso deixa que as pinturas se pintem a si mesmas através de ti da mesma maneira, e milagres de técnica seguir-se-ão automaticamente. Em outras palavras, não existirá problema de técnica.

Lê de novo o material que já te dei, as sugestões sobre as tuas pinturas. Podes usar o roxo ou violeta com mão demasiado pesada, e o castanho perde-se então. Eleva a importância dos amarelos ou de cores que signifiquem luz. Deixa-as brilhar. Não as abafe com opacidade.

Deixa que os esboços preliminares sejam tão espontâneos como os teus esboços a tinta. Depois imagina as cores a aparecerem de dentro, não aplicadas de fora, mas a irromperem. Lembra-te da incrível individualidade, integridade e possibilidades de cada linha. Por vezes podes esquecer isto nos teus esboços de pintura, enquanto estás bem consciente disso nos teus esboços a tinta.

Imagina as cores como ondas de luz, não como algo aplicado (com gestos) ou acrescentado, mas como algo que brota, preenchendo o esboço preliminar como o sangue preenche o corpo. (Este material é excelente, como disse à Jane. Expliquei-lhe, depois da sessão, que não tinha a certeza quanto à referência ao roxo ou violeta, que raramente uso diretamente porque são difíceis de integrar numa pintura — pelo menos para mim. No dia seguinte, talvez eu saiba por que razão o Seth fez a referência.

Os vermelhos que uso, sendo cádmios, podem tomar um acentuado tom violeta quando misturados com branco. Isto tem de ser controlado. A

pintura em que trabalho agora apresenta uma camisa vermelha de cádmio no retratado e deu-me algum trabalho por tender a ficar arroxeadada se não for vigiada; como a Jane me viu a trabalhar muitas vezes neste retrato, pode ter captado isto, embora eu não lho tenha mencionado. Expliquei-lhe, antes da sessão, a minha aversão a um tom demasiado acastanhado nas feições — este foi um dos pontos que discutimos, como mencionado antes.

(A ideia de deixar a pintura encher-se de cor “como o sangue enche o corpo” é excelente.)

Agora dá-nos um momento.

A tua declaração em Sumari. Isto é, em inglês, a memória de um pacto — e essa deveria ser a palavra na primeira linha do Ruburt, em vez de regulations.

É de facto um pacto antigo. É uma tradução de muitos manuscritos que apareceram e desapareceram ao longo das eras. Nos teus termos, a declaração inicial foi um lembrete físico de um pacto já feito antes de o espírito se fazer carne.

Tu e o Ruburt fizeram-no, nos teus termos agora, juntos. Querias lembrá-lo da sua importância. Têm sido Sumari em conjunto; e são-no agora. Alguma da poesia inicial do Ruburt sobre vocês dois foi um reflexo desse conhecimento.

Foi por causa disto que decidiram de antemão o desenvolvimento das sessões. Há ritos (soletrado) que foram usados em várias civilizações para servir de lembretes cerimoniais deste pacto. Os Incas conheciam alguns. Cristo conhecia-os, mas foram deitados fora pelos seus seguidores. Os Hebreus sabiam, mas deturpavam a informação. Os Lumanians sabiam, mas tentaram sobrepor-se ao corpo.

Agora os pactos estão a reaparecer. Ninguém pode ser fanático se seguir verdadeiramente este pacto, pois nem a alma nem o corpo são explorados para o aparente benefício um do outro. O pacto está escrito nos teus genes.

(“Posso fazer uma pergunta?”)

Podes.

(“Como é que eu pude escrever este pacto em Sumari quando não sabia o que estava a escrever? Já me perguntei isto antes. É tão fácil, e ainda assim eu não o conseguiria fazer em inglês.”)

Se te lembrares do que te disse sobre a linguagem, verás com clareza.

(Não me lembrava de imediato. “Quando estou a escrever, não sei o que estou a escrever.”)

Conscientemente, não sabes. Ainda precisas da ligação, percebes, da ponte da linguagem através da qual o significado da linguagem pode vir. Estás a seguir-me?

Agora podem fazer um intervalo.

(9:55. O transe da Jane tinha sido bom, o ritmo na maior parte do tempo rápido. Expliquei-lhe agora a minha segunda pergunta, para poupar tempo: o que a Jane obtém é uma tradução literal do que escrevo em Sumari, ou o meu Sumari funciona apenas como um impulso para ela obter a sua versão, etc.? Retomar às 10:19.)

Agora. Sei que queres uma resposta à tua pergunta —
(“Pode esperar.”)

— mas a própria pergunta limita a resposta que te posso dar. Não tem de ser, por exemplo, uma proposição de “ou isto ou aquilo”. Não há contradição entre as duas alternativas que me deste. O pacto existe de forma bem viva nas profundezas do teu ser.

(Com humor:) A verdade surge muitas vezes escondida no mais requintado dos disparates. Costuma desaparecer nos tomos mais pesados. Não é um pacto imaginário, mas com a ajuda da imaginação podes aproximar-te do que ele é.

Agora, porções vigorosas das energias do Ruburt já estão a trabalhar em vosso benefício conjunto. Os exercícios são importantes simbolicamente porque mostram que ele está disposto a passar tempo com o corpo em vez de o ignorar. A intenção acrescentará eficácia aos exercícios. O corpo será encorajado a libertar os seus ritmos e a restabelecer os naturais. A energia será libertada, mas (sorrindo) três dias mal chegam para ele esperar grandes resultados. Os resultados virão das mudanças de atitude. Foram elas próprias que suscitaram o desejo de fazer exercício, e o desejo fluiu para fora das vossas decisões. Estão a ser manipuladas — e literalmente “lavadas” — áreas do corpo que, no passado, estiveram relativamente intocadas e privadas de energia. Os exercícios — e, de novo, por causa dos interesses interiores — trarão um aumento de peso, peso corporal normal à medida que os ajustamentos prosseguirem.

Literalmente, ele não sentia antes qualquer necessidade profunda de exercícios. Isso não servia os seus propósitos. Vou dar-vos uma sessão mais curta esta noite e, a menos que tenham perguntas, vou encerrá-la.

(“Suponho que não.”)

Isto serve para compensar a vossa sessão longa.

(“Isso não me incomodou nada.”)

Ainda estão a ocorrer desenvolvimentos, ou melhor, os desenvolvimentos iniciados estão apenas iniciados; e com essa declaração enigmática vou terminar a sessão.

(Em voz mais alta:)

As minhas mais calorosas saudações para ti e um afetuoso boa noite.

(“Igualmente para ti, Seth. Muito obrigado. Boa noite.”)

SESSÃO 602
5 DE JANEIRO DE 1972

(A sessão foi realizada no apartamento 4, do outro lado do corredor da nossa sala de estar. O ritmo da Jane foi bom, os olhos abertos a maior parte do tempo, a voz calma.)

Boa noite.

(“Boa noite, Seth.”)

Agora. Sempre que quiseses gravar uma sessão e tê-la dactilografada, então eu tratarei de material registável.

(“Está bem.” O Seth disse isto porque eu estava cansado esta noite. Temos também tido algumas sessões eliminadas ultimamente.)

Há várias questões e vias de desenvolvimento na experiência Sumari. Vai, portanto, desdobrar-se. A declaração é, comparativamente, simples, para vermos o que o Ruburt consegue fazer com ela.

(Aqui o Seth refere-se à carta de três páginas que escrevi à Jane em Sumari a 31 de dezembro de 1971. Como disse nas notas da sessão eliminada de 3 de janeiro de 1972, o texto parece ser “A Sagrada Escritura dos Regulamentos”. O Seth, no entanto, mudou a palavra regulations para covenant, na sessão de 3 de janeiro de 1972.)

(Eu não fazia ideia do conteúdo do texto quando o escrevi por impulso. Consiste em três páginas de escrita bastante cerrada, com números incorporados em alguns parágrafos, dois ou três diagramas e um símbolo simétrico representando uma mandala. A Jane tentou várias vezes obter algo a partir dele, sem sucesso; depois, abruptamente, a 3 de janeiro começou a abrir-se para ela. À data em que escrevo, está a trabalhar na última página. É muito interessante. Será adicionada uma cópia a esta sessão, espero, se eu me lembrar de o fazer depois de a duplicar.)

Serão feitas correções, se necessário, quando ele terminar. Com o tempo, a linguagem Sumari será substituída, percebes, por símbolos — de preferência representações bastante fiéis de símbolos usados em alguns manuscritos antigos. A informação precede, obviamente, os manuscritos.

Os dados foram também transmitidos, como te disse, por “oradores” antes da época de linguagem escrita reconhecida. Alguns desses oradores eram Sumari, e por isso lidaremos muitas vezes com oradores que eram Sumari. Assim, o material terá uma inclinação e interesse tipicamente Sumari, um foco característico sobre certas áreas.

Outros oradores de grupos diferentes “especializavam-se” do mesmo modo.

Os sons existiam, obviamente, antes da linguagem. Há um padrão de som por baixo de todas as línguas, um leito de comunicação vocal que está por detrás de toda a linguagem e alfabeto. Os sons vocais da linguagem Sumari, e as características tal como te aparecem atualmente, hão de

conduzir, espera-se, a esses sons claramente compreendidos, mas logicamente não estruturados, que são reconhecidos pelo organismo e pelo eu interior, mas ignorados pela mente consciente raciocinante que se foca na linguagem lógica.

A palavra em inglês é onomatopoeia — (*a minha interpretação fonética*)

(*“Queres soletrar isso?”*)

(*Inclinando-se para a frente com humor, olhos muito abertos:*)

Não a posso soletrar. Há alguns “defeitos” do Ruburt que são difíceis até para mim de ultrapassar e, neste caso concreto, por uma razão especial. Limita-te a acrescentar a nota, pois não quero desviar-me do assunto. A palavra, onomatopoeia (*há a hipótese de a primeira letra dever ser A em vez de O*), é a que mais se aproxima de explicar a natureza interior de tais sons.

Na tua língua há palavras que soam como a realidade que tentam representar. Chamam-se onomatopoeia. Hush é um exemplo, a palavra hush. É entendida como um agente de acalmar. Quando a dizes corretamente, a respiração abrande e sai do corpo: hush-sh-sh-sh — os sons parecem finalmente desaparecer.

A sensação do corpo, o som das palavras, transmite(m) a mensagem. Assim, independentemente de qualquer língua, há sons que, por si, transmitem tais mensagens, que agem sobre — que agem sobre — o sistema físico. A sua enunciação exige certos usos característicos da respiração. O que é sentido pelo organismo aproxima-se do significado dos sons e, até certo ponto, é o significado dos sons.

Tais “palavras” de tom-sentimento, com pantomima ou o corpo expressivo, podem, portanto, aproximar-se muitas vezes mais do que a linguagem estruturada para transmitir vários níveis de emoção, explicar níveis de sentimento subjetivo que são frequentemente deturpados em palavras reconhecíveis.

Mais do que isto, agem diretamente sobre o corpo. Fisicamente falando, é uma das formas mais antigas de comunicação. Isto pode levar à suspeita de que espero que voltes aos grunhidos e gemidos ligados, no pensamento convencional, aos homens das cavernas; está muito longe de ser o caso.

Este é um método básico e vital de comunicação, sobre cuja estrutura interior, intuitiva e orgânica, todas as outras línguas são formadas e assentes.

Como método para te libertar de estereótipos, isto é importante. Mais do que isso, informação intuitiva pode ser transmitida por este método, que escapa completamente às limitações do padrão verbal logicamente estruturado. Alguns dos oradores Sumari, no início, transmitiram informação interior precisamente desta maneira, e espera-se que, em algum

momento, pelo menos algumas dessas versões possam ser captadas pelo Ruburt. Portanto, tudo isto está numa fase inicial.

Eu estarei aqui para garantir que isto seja também posto em uso prático, traduzido em termos que possam ser entendidos, e para fornecer uma base firme a partir da qual possam explorar ainda mais a natureza de tais percepções antigas. De novo, vocês dois estão bem talhados para este empreendimento. O teu interesse pela pintura e as tuas aptidões não nascem apenas da vida na Dinamarca, por exemplo, mas também brotaram da tua vida perfeitamente legítima como Nebene, quando estavas centrado nos símbolos visuais e na sua inscrição correta. O mais pequeno erro ao copiar um símbolo podia alterar completamente o seu significado — daí a tua preocupação com os detalhes e, agora, a tua grande confiança na pintura objetiva e a tua ocasional desconfiança de trabalho que pareça surgir demasiado facilmente.

Os símbolos eram representações da realidade. Alterá-los por descuido parecia quase um sacrilégio, uma traição à verdade. Nesse sentido, vias-te como o guardião da verdade. Visualmente, foste capaz de captar a versão presente da declaração Sumari. Estás a seguir-me?

(“Sim.”)

Tu eras, como Nebene, extremamente severo com os teus alunos, preocupado para que não caíssem no desleixo. Estavas focado na transmissão do conhecimento. Na vida na Dinamarca, o amor pelo visual permanecia contigo, mas estavas a tentar permitir-te maior liberdade com isso, sentir a liberdade de acrescentar ao que vias, mas sentias uma grande relutância em fazê-lo. Foi por essa razão que abandonaste a pintura nessa vida.

Desta vez, de um modo estranho, o círculo regressa e, no entanto, abre-se, pois encontras-te a procurar de novo as verdades que outrora copiaste com tanta fidelidade. E agora, verdadeiramente, tornam-se tuas, como não o eram então.

Compreendes também a natureza da “verdade” melhor do que então, e comesças a permitir-lhe a sua mobilidade e graça sempre mutável nas tuas pinturas e no nosso trabalho.

A memória dos antigos símbolos está em ti, mas só quando estiveste livre o suficiente para os fazer teus é que puderam regressar. Ajudaste também a transmitir a informação em desenhos altamente estilizados, e em muito menor grau através de padrões vocais altamente estilizados que eram ensinados aos alunos.

Tens sentido de ritmo e conhecimentos musicais mais convencionais do que o Ruburt e, no entanto, os padrões rítmicos estão fortemente presentes na constituição dele, e surgiram mais cedo, silenciosamente por assim dizer, na sua poesia. O ritmo representava a mobilidade suave das

emoções, a qualidade sempre em movimento. O som representado pelos símbolos falar-lhe-á. Ele há de ouvi-los e reconhecê-los.

Ele não é tão orientado visualmente como tu, e levará algum tempo até que os sons libertados da linguagem Sumari lhe apareçam visualmente como símbolos. Entre os dois, então, estão razoavelmente bem equipados para o que temos em mente, e tudo isto tem de ser traduzido, percebes, de volta a linguagem que possas entender.

Podem fazer o vosso intervalo.

Agora. Para as tuas próprias notas.

Os exercícios de (*ioga*) são importantes porque representam um compromisso físico (*para a Jane*). A resolução do seu ser está agora por detrás dele. Manter-se-á fiel a eles. Esta é uma declaração física da mudança interior, e a mudança interior tem de se refletir fisicamente, claro: a intenção de trabalhar com, e não contra, o corpo, e de ajudar a incentivar a sua espontaneidade e funções naturais.

Conforme o tempo permitir, continuem a discutir juntos os vossos planos, tanto a viagem e os seus detalhes, como o que farão no regresso. A vossa própria relação está excelente agora, e os exercícios ajudarão a dar-lhe maior espontaneidade física na vossa vida mais íntima.

Os impulsos, portanto, serão autorizados a uma expressão mais natural, à medida que o alongamento diário dos músculos aumenta a confiança dele neles e no seu corpo.

É importante, no entanto, que os vossos planos sejam discutidos, para que a sua realidade seja algo presente. Sugiro que dactilografes essa parte no fim da sessão.

A proficiência do Ruburt com o ritmo e as palavras e a tua proficiência com símbolos visuais serão, portanto, aproveitadas. De novo, as vossas características estão admiravelmente talhadas. Poderás ser capaz de traduzir os sons verbalizados em imagens ou em miniaturas que mais tarde se transformem em símbolos. Existem, por outras palavras, várias vias abertas pelas quais a informação poderá, finalmente, ser recebida.

A vossa realidade física também existe no meio do som, não como produto final dos ruídos do mundo. Mas a matéria é, de novo, apenas uma manifestação — uma que, por acaso, reconheces — da realidade. O mundo é construído, noutros termos, de átomos e moléculas.

Átomos e moléculas podem ser ouvidos, embora não pelo vosso aparelho percetivo. Nem sequer são vistos, já agora —

(*O Seth sorriu do seu próprio trocadilho.*)

(*“Percebo”, disse eu.*)

— pelo vosso aparelho percetivo.

O mesmo se aplica, no entanto, à luz, pois os átomos e as moléculas também existem como padrões de luz que não percebeis. (Pausa.) Dá-nos tempo aqui. A certo ponto, o som torna-se visual e a luz torna-se som.

Nessa altura estão casados, mas noutros pontos a correlação não é de todo óbvia. Está sempre lá. A um nível, os sons podem então ser teoricamente percecionados como luz. As vogais e as sílabas existem como luz tão validamente quanto existem como som.

As vogais e as sílabas constroem o seu próprio tipo de “padrão de luz”, ou imagem de luz, novamente, que não percebes. A luz, tal como a concebes, também existe como som. Não existe tal coisa como uma barreira do som. Apenas te parece que existe.

As cordellas representam a qualidade interior coesa e, ainda assim, livre, operante em toda a realidade, que lhe confere tanto a sua estrutura organizadora como o seu grande elemento de espontaneidade. As cordellas estão, portanto, ligadas às unidades EE de que já falei.

(Esta questão foi levantada recentemente por Peter Stersky, um aluno da turma de ESP da Jane.)

As cordellas são os princípios por detrás das unidades, ou os princípios segundo os quais as unidades operam. Som e luz resultam ambos da interação de diferentes tipos de cordellas. Por vezes fundem-se e são percecionados espontânea e simultaneamente por vós. Outras vezes são percecionados separadamente. As cordellas são subestruturas operantes de energia, com a capacidade de atrair e repelir, de se tornarem coesas ou se desagregarem, transportando em si o conhecimento da sua própria identidade, literalmente o princípio do eu, que lhes permite reter a sua integridade como absolutos mesmo enquanto se fundem com outras e formam alianças subsidiárias.

Como manifestações absolutas de energia, uma das suas características é a surpreendente rapidez com que podem aparecer multidimensionalmente, mostrando-se simultaneamente sob diferentes disfarces enquanto mantêm a integridade básica de que esses disfarces brotam. Para referência futura, acrescenta agora isto: nestes termos, um número pode ser mais do que ele próprio, e ser duplicado invisivelmente como uma equação, alterando a natureza da equação e dos resultados, sem nunca se mostrar. Um número pode também desfilar como outro número, sobrecarregando uma equação. Alguns números têm “sócios silenciosos”. Atraem certos outros números mais do que outros.

Certos números, pela sua presença, implicam a existência de outros, insuspeitados. Estes também alteram a natureza de uma equação, para a qual muitas vezes não se encontra razão.

Certos números carregam um fardo maior do que outros, e outros números seguem às suas custas. Têm, portanto, muito maior mérito. O seu “valor” é aparentemente desproporcionado. Atraem maior energia. Os números que conheces (*pausa às 10:59*) pela sua própria existência implicam a intrusão de outros números invisíveis e de sistemas numéricos

multidimensionais. O 1, o 3, o 7 e o 9 poderiam, de facto, conduzir-te ao infinito se soubesses como os seguir.

Espera-se que este último material venha a ser-te bastante útil antes que muito tempo passe. E agora podem fazer um intervalo ou terminar a sessão, como preferirem.

(“Suponho que então terminamos.”)

Então deixa-me acrescentar que números, som e luz estão, claro, todos relacionados e são todas versões de cordellas altamente complexas. E despeço-me com um caloroso boa noite. *(Em voz mais alta.)*

(“Muito obrigado. É muito interessante.”)

Era esse o meu intuito.

(“Muito bem. Boa noite. Seth.”)

(O transe da Jane tinha sido bom, e o ritmo também. Eu estava realmente zonzinho. Percebi que o Seth esperava que eu pedisse o intervalo e depois continuasse a sessão. Quis fazê-lo, mas decidi não o fazer no último momento.)

SESSÃO 603

10 DE JANEIRO DE 1972

(A primeira parte desta sessão, a 603.^a, é eliminada do registo.)

Agora, boa noite.

(“Boa noite, Seth.”)

E, primeiro, algum material pessoal.

Agora. Até certo ponto a cedência pode ser uma reação benéfica. Para além desse ponto pode virar-se contra ti. A cedência do teu emprego foi, portanto, benéfica até certo ponto. Ruburt temia que se tivesse chegado ao ponto para além do qual não podias dar-te ao luxo de ir, mantendo ainda assim as ideias, ideais e objetivos que eram teus.

Isto era sabido no teu local de trabalho. Foi feito um acordo inconsciente entre ti e os teus empregadores. Eles sabiam exatamente por quanto trabalharias e com que fins trabalharias. Sabiam também que não querias mais dinheiro — é precisamente por isso que o dinheiro só teria tornado a tentação mais forte. Tornaste a tua atitude bastante clara. Não querias progressão e não querias mais dinheiro.

Portanto, não os podes culpar por não oferecerem uma tentação que, à partida, não querias.

(Eu não culpo. Isto nunca foi realmente um ponto para mim, embora por vezes me zangasse com a Artistic por pelo menos não me oferecer algo mais. Ao mesmo tempo dizia a mim próprio que o baixo salário me impedia de alguma vez decidir fazer carreira lá e deixava a questão por aí.)

Ruburt aprendeu a fazer cedências, nem sempre graciosamente, mas aprendeu que às vezes são importantes. No entanto, é contra elas por princípio e muito direto na sua abordagem. Viu a tua vida a somar-se num círculo de cedências — cedências que, no fim, vos custariam a vitalidade, a ambos.

Em certos aspetos ele tinha razão quanto às cedências, e algumas feitas no passado por ignorância bem-intencionada não podem ser facilmente mudadas. Estas dizem respeito à tua família.

Ceder em demasia esgota a tua força e energia, e a cedência do trabalho estava a inibir a tua pintura até certo ponto. O foco na cedência força-te automaticamente a reter franqueza e energia em todos os teus empreendimentos. Passado algum tempo, apesar de ti, passas a adotar até certo ponto a coloração e as atitudes de outros que vivem inteiramente de cedências, até que as tuas próprias ideias e propósitos límpidos pareçam cada vez mais irrealistas.

(Um ponto excelente.)

Este é o receio que Ruburt sentiu por ti. Agora. As tuas próprias ideias e objetivos são dignos, e teus por uma razão. Têm dentro de si o poder de se desenvolver e amadurecer. Sabia-se, então, que te irias embora antes de apresentares aviso prévio, percepção inconsciente.

Há alguma inveja. Não disseste que tencionavas dedicar-te à tua própria pintura, e isto deve ser verbalizado. As cedências familiares começaram há muito, por um sentido mal-orientado de simpatia, e agora, de um modo ou de outro, continuarão. Aqui estás apanhado num compromisso emocional. Ruburt sente isto particularmente de forma intensa, porque é muito sensível a tais relações, para começar. A situação, contudo, é tal que praticamente qualquer emoção clara é automaticamente negada expressão, desviada e muitas vezes completamente substituída por uma oposta — sob o disfarce da ideia de (entre aspas) “ser bom e compreensivo”.

(Mais uma vez, material excelente.)

Inconscientemente, as emoções são bastante claramente captadas por todas as vossas partes, e a comunicação clara, corporal ou verbal, fica quase completamente cortada. Os desejos espontâneos, bastante legítimos, de ser útil ficam, portanto, muitas vezes escondidos sob uma saraivada de ressentimentos por se ser forçado a ajudar pelas razões erradas.

Ajuda dada com ressentimento vale pouco. Não ajuda o doador nem o recetor em grau significativo e pode, de facto, prejudicar ambos. Ajuda dada espontaneamente por amor é o único tipo de ajuda real para doador ou recetor e, no entanto, este tipo importante de ajuda é muitas vezes negado na expressão por causa dos ressentimentos internos.

A tua mãe apercebe-se quando te está a fazer chantagem emocional e reconhece quando tu vens, de bom ou mau grado. As raízes da situação

estão tão no passado, e perpassam tanto o presente, que praticamente pouco pode ser mudado sem os maiores esforços. Ela sabe que vens por obrigação. Isso é como um estalo na cara que tem de tolerar, e por causa das suas próprias ações e do ênfase colocado no que era certo e adequado à custa dos sentimentos verdadeiros.

Contudo, a tua mãe é bastante astuta e tem crescido nestes anos. No passado, teria sido bem capaz de enfrentar e lidar com a honestidade de todos, e a honestidade teria sido muito mais gentil. Assim, o verdadeiro amor e compaixão ficam a chorar, enquanto és forçado a expressar muitas vezes um amor e compaixão exteriores.

Tudo isto é bastante legítimo, e isso não está deturpado.

Agora, à parte disso, Ruburt tem os seus próprios sentimentos, que são algo exagerados, mas também costuma tentar ignorá-los emocionalmente. Ele diz “reajo em demasia à mãe do Rob” e, intelectualmente, então diz “isso é parvo”, mas nunca se permite experienciar os próprios sentimentos. Não te quer magoar. Não quer que as coisas sejam desagradáveis.

Ontem permitiu que alguns desses sentimentos surgissem apenas porque se sentia tão miserável.

(Enquanto estávamos em Sayre; a Jane estava a fazer a roupa; a mãe estava a fazer o jantar, etc.)

Lembrou-se de ti e do pêndulo e, não o tendo ali, permitiu, em vez disso, que viessem ao de cima sentimentos submersos. Deves saber quais foram.

(A Jane falou-me de alguns deles na altura; o que considereei um avanço.)

Ficou escandalizado e indignado. Os domingos eram os dias em que não conseguia escapar à mãe. Não havia escola, nem desculpas para sair. Era um dia de encontros com ela — o seu banho de duas horas, a preparação das refeições e a esperança louca de que pudesse escapar depois do jantar por umas horas.

Quinze anos daquilo num extremo da balança, pensou, e dez ou quinze pelo meio com a tua mãe aos domingos. A sua lealdade, como sabes, prende-o. Se ele achasse que ela tinha sido uma grande mãe para ti, então os sentimentos da tua Jane não seriam tão fortes.

O Ruburt sentiu: “Aqui está outra vociferadora, outra tirana de saias, a tirar-me o meu dia livre da semana.” Agora. Sentiu-se melhor fisicamente quando reconheceu os sentimentos nesse ponto e quando, mesmo através de um silêncio reprovador, os expressou. Quando regressaram, voltou a senti-los. Depois, desapareceram novamente.

(Eu diria que tudo isto marca uma aprendizagem definida por parte da Jane. Se ela apenas mantiver isto...)

Permitida a sua mobilidade, os sentimentos são benéficos. Substituem-se, vão e vêm. (Mais alto, com humor, estendendo-se para me tocar no pé:) Agora, queres mais material pessoal?

(Meia risada: “Quem sabe?”)

Então sugiro o vosso intervalo.

No entanto, percebe, ele não te expressaria esses sentimentos.

(É verdade, a Jane não me expressou esses sentimentos nesses termos, mas deu-me a entender que estava bastante perturbada, etc.)

Como te disse, vocês escolheram as vossas famílias. Deram a vós próprios, enquanto adultos, situações com as famílias, principalmente com a tua, nas quais tinham de se relacionar a um nível totalmente diferente e num tipo diferente de papel. Não têm filhos. A relação familiar, portanto, serviu e serve para vos dar uma espécie de contacto, uma educação forçada, por assim dizer, para que possam compreender o que se passa dentro de tais relações.

Compreender as vossas próprias reações ajuda-vos a compreender as reações dos outros. Caso contrário, achariam as reações das outras pessoas demasiado alheias e não conseguiriam relacionar-se com elas pessoalmente ou através do vosso trabalho. Isto aplica-se a ambos.

(Desconfiei disto por vezes.)

Ruburt está a progredir. Os exercícios (yoga) são bons, caso estivesse a perguntar-te. A sua disponibilidade para se esforçar fisicamente é importante aqui. O esforço físico envolvido. O corpo está a despertar, nesses termos. As necessidades de sono foram resultado do uso súbito de energia física. Ele deverá achar tais necessidades bastante diminuídas esta semana, e isso deverá ser seguido por uma notória e fácil libertação de energia física durante o dia normal.

Agora dá-nos um momento. Gostaria que tivessem várias sessões Sumari juntos. Podem organizar isto como quiserem — no lugar de uma sessão regular, por exemplo.

Eu, claro, também estarei presente e talvez também vocalmente. (Com humor.) Mas há algumas trocas de energias de que gostaria que se apercebessem, que podem ser feitas em prática. Depois gostaria de vo-las explicar. Segues-me?

(“Sim.”)

As vossas próprias discussões e a melhoria na vossa relação, como vos disse, são, de certo modo, responsáveis pelos vossos mais recentes desenvolvimentos nas nossas sessões, e incluo o Sumari — as canções, e a declaração.

(Que escrevi à Jane em 31 de dezembro de 1971. A Jane ainda está a decifrá-la.)

Outros desenvolvimentos foram mencionados. Espero que desempenhes aqui por tua conta um papel forte, se quiseres; isto tem que ver com a receção da arte Sumari. (Estou mais do que disposto, etc.)

A arte e os símbolos estão intimamente relacionados, e não quero com isto dizer que a arte seja necessariamente estilizada, como por exemplo os símbolos o eram necessariamente. Mas nada disto poderia ter sido feito, ou iniciado, sem limpar os detritos que se tinham acumulado à vossa volta, emocional e praticamente. Se avançarem com o trabalho que estão destinados a fazer, ele também cuidará de vocês.

Agora. Vou terminar a nossa sessão. Ruburt está preocupado porque estás cansado.

(“Estou bem.” Eu já esperava isto.)

(Sorriso, enfaticamente:) Eu não estou preocupado, porque sei a energia que te está disponível, mas tenho de lidar com a preocupação dele. *(“Posso fazer uma pergunta?”)*

Podes, sim.

(“Nos últimos dois anos tenho-me perguntado acerca do meu forte interesse na pintura de Rembrandt van Rijn. Quando era jovem em Nova Iorque cheguei a ver alguns dos seus trabalhos nos museus, mas não me recorde de ter sido tão afetado por eles então. Posso vagamente lembrar-me de alguns, mas é tudo.”)

(Não acrescentei que estava bem ciente da sequência temporal aqui — que, segundo o Seth, tive uma vida bastante longa na Dinamarca no século XVII — e que Rembrandt viveu na Holanda de 1606 a 1669.)

Agora. Há várias razões.

Associa-me ao período de Rembrandt. Estás também a começar a tornar-te intuitivamente consciente da força e continuidade que perpassou as tuas outras vidas.

Foste muito próximo de Rembrandt a certa altura — olhavas para ele com admiração. *(Pausa.)* Quase que tenho um nome. Pinot *(soletrado)*.

Há várias coisas que não entendes. Não as expliquei. *(Pausa.)* Pode ser Pinet *(soletrado)*. Acrescenta também uma data: 1660. Agora. Há uma série de degraus de pedra que conduzem a um grande edifício. Lá dentro trabalham escultores. Leo *(a minha interpretação fonética)* não está lá. Há um homem enormemente interessado na ideia de colorir esculturas — as estátuas.

O pigmento, no entanto, é difícil de preparar. Os escultores não confiam nele. Alguns ingredientes vêm das encostas — terra escavada. Alguns vêm de ervas. As cores têm de ser preparadas de modo diferente do usado para afrescos.

(“Isso fica em Itália?” Eu não sabia se devia interromper ou não. O Seth/Jane teve alguma dificuldade com a palavra afrescos, como se lhe fosse desconhecida. Contudo, ela conhece a palavra.)

Florença. *(Em Itália.)* O mestre quer obter a mesma sensação de volume e peso e dimensão tridimensionais a partir da pintura plana — moldando a cor em vez da pedra. Eles acham que não pode ser feito. Ele está fascinado com o conceito.

(Rembrandt conseguiu copiosamente este efeito nos seus trabalhos mais tardios, especialmente nos últimos dez anos ou algo assim da sua vida. Não creio que a Jane soubesse disto nesses termos. Eu estou bem ciente e quero usar efeitos semelhantes a estes no meu próprio trabalho e, por vezes, já o fiz em trabalhos passados. Não o discuti com a Jane, considerando-o apenas um problema técnico envolvido na arte, tal como suporia que ela trabalharia um parágrafo, etc.

(Não há registo de que Rembrandt alguma vez tenha viajado mais de cinquenta milhas a partir de Amesterdão, Holanda. Sabe-se muito pouco sobre a sua vida.)

Do seu desejo ele aplica energia (gestos) e cor por cima, de modo que as pinturas passem então a ter a realidade que ele espera.

(“Por mestre, queres dizer Rembrandt?”)

Quero. Ele viaja e aprende. Aprende também alguns segredos da cor através do homem mencionado antes, e há um aglutinante no seu trabalho não reconhecido como tal. Uma técnica química aprendida.

(A técnica de Rembrandt tem sido objeto de muita especulação ao longo dos séculos. Especialmente quando passou a acumular pigmento até uma espessura de cerca de seis milímetros em pinturas como “A Noiva Judia” — uma obra-prima. Pensa-se que usou óleo espesso — óleo de linhaça tratado pelo calor — e vernizes de vários tipos como meio. Se acrescentou mais alguma coisa aos pigmentos, valeria bem a pena saber.)

Vou ver o que mais consigo obter. Façam um intervalo ou terminem a sessão, como preferirem.

(“O que quiseste dizer quando disseste que eu era muito próximo de Rembrandt?”)

Foste mesmo. Eras o homem que experimentou com a cor, aplicada, porém, às esculturas. E uma das tuas descobertas foi a do aglutinante adotado pelo mestre pintor no seu trabalho.

Também eram amigos íntimos. Vinhas de um país diferente, onde o efeito da intempérie sobre as estátuas era diferente.

(Dinamarca? Detestava interromper com muitas perguntas. Achei que poderíamos preencher pormenores em sessões posteriores.)

Contudo, este é um tema longo. Havia dificuldades com vernizes, que por vezes secavam antes da cor sobre a qual eram aplicados. E também vernizes que não secavam de modo uniforme, resultando em acumulações de óleos. Em afrescos, isto já era bastante desastroso.

(Tudo isto é informação artística muito apurada e incorpora o uso de boa técnica ainda hoje. Novamente, não creio que a Jane saiba estas

coisas conscientemente. Os dados sobre vernizes são muito bons, tal como o material sobre afrescos. Muitos afrescos foram arruinados naquelas épocas por técnicas deficientes. O controlo de qualidade não era o que é hoje quanto a tintas, vernizes, etc.)

As tentativas de pintar esculturas, contudo, que muitas vezes eram para uso no exterior, por vezes resultavam não só na mistura escurrida das cores, mas também num bolor que se formava entre camadas de cor.

(Sei pouco sobre esforços para pintar esculturas, mas o acima parece bastante possível, quanto ao bolor.)

Demasiado óleo facilitava o crescimento de certos bolores. O branco de chumbo muitas vezes travava o crescimento do bolor, mas era uma cor demasiado agressiva. Era o teor de chumbo que parava o bolor.

(O branco de chumbo, durante séculos, foi o pigmento branco recomendado para óleos e, de facto, antes deste século era o único branco disponível, tanto quanto sei. É venenoso. Ainda hoje a maioria das autoridades continua a considerá-lo superior a todos os outros pigmentos brancos. Nesta vida, porém, prefiro o branco de zinco.)

Aprendeste a misturar cores de modo a que secassem de forma uniforme e a aplicá-las de certas maneiras *(com gestos, insinuando camadas de cor umas sobre as outras)* para facilitar essa secagem.

(Continuo muito interessado no lado técnico da pintura, tanto que há alguns anos recuei de me envolver demasiado nesse aspeto, não fosse gastar demasiado tempo com ele, em detrimento da própria pintura. Ainda assim, faço experiências.

(Trabalho também, geralmente, com uma camada de cor sobre outra, em vez de as misturar enquanto húmidas. Isto mantém a pureza e a clareza da cor e tem sido considerado técnica de pintura sólida ao longo dos anos.)

Havia um verniz, por fim, que misturavas com alguns dos pigmentos depois de preparados, com os pigmentos secos depois de preparados, que servia de aglutinante e também protegia cada cor da outra. Havia um ligeiro teor de chumbo misturado no verniz.

(Naqueles tempos, não existiam tubos para tintas — toda a cor tinha de ser preparada fresca todos os dias pelo artista ou assistentes, a partir de pigmento seco. O verniz era muitas vezes usado como ingrediente dos meios. Há, e havia, muitos tipos de verniz. Um ligeiro teor de chumbo num verniz parece-me bastante plausível.)

Rembrandt levou a descoberta consigo, embora a tenhas inicialmente desenvolvido para escultura colocada no exterior. Não tenho a certeza aqui. Escreve a palavra caronide (soletrado). Está ligada.

(Sei pouco de química. Existe, por exemplo, o carbonato de chumbo.)

Experimentaste também inserir odores no pigmento, muito brevemente, para igrejas, de modo que um violeta, por exemplo, cheirasse à

flor. Misturarias pétalas de rosa moídas no pigmento vermelho a usar num quadro de rosas. Agora façam um intervalo ou terminem a sessão.

(“Faremos o intervalo.”)

(Isto acabou por ser o fim da sessão. Eu queria aprender mais, mas estávamos ambos de olhos turvos. O ritmo da Jane foi mediano com este material.

(Quaisquer experiências desse tipo, de acrescentar odores à tinta, fracassariam, creio. Mesmo hoje, tanto quanto sei, isto não foi conseguido.

(Os dados sobre Rembrandt são surpreendentes e levantam muitas perguntas. Segundo Seth, vivi na Dinamarca no século XVII. Fui pintor em jovem, depois abandonei para o papel mais respeitável de agricultor, no qual fui bastante bem-sucedido. Não sei se viajei para Itália, nem em que ponto da minha vida, em termos de idade. Talvez tenha estado lá antes de abandonar a pintura ativa. Creio que cultivei na Dinamarca, mas há muito aqui que não sabemos. A Dinamarca e a Holanda, claro, são geograficamente próximas.

(Há pouco material disponível sobre a correspondência de Rembrandt — umas poucas cartas; inventários ligados à sua bancarrota, na vida tardia, etc. Itália não é mencionada, tanto quanto sei. Rembrandt fez negócios com um rico colecionador de arte na Sicília, vendendo-lhe algumas obras muito famosas — Aristóteles Contemplando o Busto de Homero, etc., e uma série de águas-fortes no fim da vida. Don Ruffo. Os historiadores geralmente dizem, por falta de outros factos, que estas transações foram feitas por correio, etc.

(Talvez eu tenha realizado algumas das minhas experiências com pintura de escultura exterior na Dinamarca — onde o inverno tem de ser considerado — depois de visitar Itália. Enquanto discuti com a Jane os dados de Florença, Itália, após a sessão, Seth voltou muito brevemente quanto a Rembrandt: Foi por isso que ele foi a Florença — para ver a escultura de lá. Talvez depois do meu regresso da Itália à Dinamarca eu tenha feito alguma experimentação relativa a pintura de esculturas e, depois, tenha transmitido essa informação a Rembrandt?

(Uma nota acrescentada 31 anos depois, enquanto preparo este Volume 2 de As Sessões Pessoais para publicação. Como presentes para mim, devido ao meu interesse na sua grande criatividade, a Jane “sintonizou”, por si e sem o Seth, excelentes livros sobre o artista Paul Cézanne em 1977 e sobre o filósofo William James em 1978. Ambos os trabalhos foram publicados.

(Vários anos depois a Jane deu-me outro presente — um livro sobre o artista Rembrandt van Rijn. Este não foi publicado — mas será nos volumes posteriores de As Sessões Pessoais. Explicarei as circunstâncias da sua produção de Rembrandt quando apresentar as primeiras passagens do livro.)

SESSÃO 604
12 DE JANEIRO DE 1972
CIVILIZAÇÕES NO TEMPO

(Notas sobre uma tentativa abortada de projeção: deitei-me para uma sesta depois do jantar na noite de sexta-feira, 14 de janeiro. Usei o quarto do apartamento quatro. Tínhamos andado a trabalhar muitas horas por nossa conta, e eu andara a fazer horas extraordinárias na Artistic, por isso estava bastante cansado. Adormeci por instantes ao deitar-me e depois acordei a dar-me conta de que tinha a sensação inequívoca de estar a flutuar a meio caminho do teto do quarto.)

(A sensação era bastante nítida, e bastante estranha. É que eu continuava a sentir o meu corpo contra a cama — estava deitado de costas, coberto por uma manta, como se o meu corpo estivesse colado à cama. Por outras palavras, flutuava no ar, cama e tudo, de forma bastante agradável. Não houve medo nem pânico. Pelo contrário, esperava prolongar a experiência para algo maior.)

(Pouco depois de eu me aperceber, a Jane começou a lavar a loiça. A disposição da nossa cozinha no apartamento quatro é tal que o ruído consegue, ao que parece, infiltrar-se através da parede de um armário no quarto e, por isso, ouve-se com facilidade. A Jane fez barulho a mexer na loiça, ouvi a água a correr, etc. Além disso, ligou o rádio. Mesmo em volume baixo, eu ouvia-o. Disse a mim mesmo que essas coisas não me distraíam. Fiquei deitado sem mexer um músculo, a tentar favorecer novos desenvolvimentos sem forçar. A sensação de flutuação livre continuou, mas não consegui desenvolvê-la mais.)

(Quase sempre utilizo sugestões relativas à projeção quando me deito. Creio que as de hoje ajudaram o estado. Enviei agora mensagens à Jane para que me deixasse sem distrações, mas nada se desenvolveu. A sensação durou bem mais de um minuto, eu diria; por fim começou a diminuir, a esbater-se, e adormeci de novo. Ao escrever isto, recordo-me agora de que, imediatamente ao deitar-me, resvalei para um estado de sonho bastante completo, embora breve — mas não consigo recordar o sonho. E passei do sonho para a projeção. RFB.)

(Curiosamente, não tive a sensação de estar destacado do meu corpo físico — isto é, não senti que estivesse sem corpo, a pairar sobre ele: levava a cama comigo, percebes. Sentia que a cama e eu estávamos a vários pés do chão. Quis experimentar virar-me astralmente e quis experimentar estender a mão em direção ao teto, astralmente, para ver se o conseguia tocar. Não me mexi de todo, porém, por causa do barulho vindo da cozinha. Consegui manter o estado enquanto ponderava a interferência da cozinha, mas temia que qualquer tentativa de movimento da minha parte quebrasse completamente o feitiço.)

(A sessão desta noite, quarta-feira, desenvolveu-se de modo bastante espontâneo a partir de vários fatores que se combinaram quase sem esforço. Os desenvolvimentos Sumari recentes envolvendo ambos desempenharam um papel. Também contribuiu o meu exame de fotografias de Baalbek, as ruínas romanas do século I d.C., no Líbano. A enormidade das pedras desses edifícios deixou-me espantado; eu não via como é que blocos com 1200 toneladas podiam ser movidos sem maquinaria, quanto mais ajustados no lugar a mais de seis metros e tal de altura sobre as fundações, etc. As imagens eram verdadeiramente impressionantes. Encontrei-as num dos livros de história antiga que Shirley Bickford, uma aluna da Jane, trouxe para consultarmos sobre a civilização muito antiga, a Suméria, na Mesopotâmia, de 4000–2000 a.C., creio eu, sem confirmar datas.)

(A Jane e eu não acreditávamos que houvesse ligação entre o desenvolvimento sumariano da Jane e a Suméria, já que os Sumari, conforme explicado em sessões recentes, nunca foram físicos nos nossos termos. A sessão de hoje abordou isto, para nossa surpresa.)

(Pouco depois do jantar esta noite, Tom Milligan, um ex-aluno da Jane, trouxe-nos um exemplar da Saga Magazine de dezembro de 1971. Continha um artigo do nosso amigo Ons Binder, intitulado “UFOs Own Earth and All Mankind”. Esse artigo tocava em muitas ideias que nos interessam e citava o astrofísico Fred Hoyle, entre outros, a respeito da ideia da propriedade da raça. Passámos algum tempo a discuti-lo. Não tínhamos opinião particular para além de recordar que, segundo Seth, toda a questão da raça humana e das suas origens, e as dúvidas relativas a teorias de condução, eram infinitamente mais complicadas do que geralmente se acreditava; as ideias de Seth sobre o tempo dão-nos uma abordagem muito diferente a estas questões.)

(No The New York Times desta noite li um artigo, com fotografias, sobre a sonda a Marte atualmente em curso pela nossa espaçonave Mariner. O Dr. Carl Sagan, da Universidade Cornell, foi citado no artigo. O Dr. Sagan também foi citado no artigo do Ottis, quanto às antigas lendas sumérias/acadianas e os OVNI's, para nossa surpresa. A questão que sempre me incomodou é a seguinte: por que é que a nossa história só recua cinco ou seis mil anos, quando o Homo sapiens surgiu há uns 50 000 anos como espécie estabelecida?)

(Além disso, sempre duvidei da ideia de polias e cabos utilizada na construção de maravilhas tão maciças e enormes como Baalbek. A par disto vão as minhas questões quanto à capacidade dos escultores para executarem a talha maravilhosamente intrincada que adorna todos esses edifícios, numa escala tão enorme. Sempre me perguntei como foi possível, com as poucas ferramentas então disponíveis, segundo a nossa história, realizar esse trabalho. Parece ir além do alcance das ferramentas.

Deliciar-me-ia vê-lo reproduzido hoje usando pedra idêntica, ferramentas, etc., com provas cronometradas.)

(Assim, todos estes pontos convergiram esta noite e resultaram na sessão. No início, o ritmo da Jane foi bastante lento, os olhos fechavam-se-lhe com frequência. A sessão realizou-se no seu estúdio, no apartamento quatro.)

Ora bem, boa noite

("Boa noite, Seth.")

A mensagem para esta noite é: não são propriedade de ninguém.

Bom, o vosso "estoque" humano não teve toda origem unicamente no vosso planeta. Eu nunca lhes disse que tenha tido. A tal respeito, a vossa linhagem é de facto variada. Alguma da informação apresentada no meu livro "Seth Fala" de verá ter, deduzo eu, deixado isso claro.

A evolução, tal como são levados a pensar nela, teve diversos aspetos diferentes, nesses termos. Houve três ou quatro pontos de começo. Houve visitas de outros originários de outros sistemas planetários. Com respeito a isso, é coisa bastante natural. O vosso relativo isolamento está longe de constituir coisa comum.

As lendas, muitas delas, constituíam evidentemente crónicas de eventos bem concretos que descreviam fenómenos, por exemplo, para os quais os nativos não tinham vocabulário adequado. Eles eram forçados a descrever o que viam por meio de comparações com objetos e eventos com que já se encontravam familiarizados.

Alguns desses visitantes, nos vossos termos, eram mais evoluídos que outros. Todos haveriam, contudo, de parecer sobre humanos em contraste com as civilizações que os defrontaram. Foram feitos alguns experimentos deliberados, que de facto foram muito mais perigosos para os experimentadores, em que tais experimentadores sempre tentaram de uma forma ou de outra, fazer avançar o conhecimento do homem.

Não é de longe tão simples quanto isso, contudo. Não existe desenvolvimento num sentido só. Quando o intersistema de viagem espacial for viável, as capacidades psíquicas achar-se-ão desenvolvidas a um grau bastante elevado. Uma coisa é necessária à outra. Por isso, torna-se muito mais praticável abordar o homem terreno no seu estado de sonhar, e quando as suas reações naturais de medo se acharem um tanto minimizadas é quando o perigo para os visitantes será mais reduzido. Encontros fora do corpo foram usados como coisa natural. Desse modo, o visitante poderia surgir e desaparecer sem medo de perseguição.

Frequentemente eram anunciado às civilizações com antecipação desastres naturais que se tornavam evidentes para os visitantes a partir da perspetiva alargada que tinham. Tais avisos era, quer dados no estado do sonhar dos terráqueos, pelas razões apontes, ou em locais afastados, por muitas vezes os visitantes serem atacados.

Durante essas eras, nos vossos termos, os oradores muitas vezes agiam como intermediários. Mas frequentemente os avisos de desastre não eram seguidos. Outros avisos foram erroneamente interpretados como castigos lançados pela parte dos deuses devido a ações morais condenáveis. Toda a ideia de código moral foi originalmente ajustada à cena atual à medida que era defrontada e requerida em termos que os nativos pudessem compreender.

As pirâmides, os imensos penedos talhados, tudo isso foi feito de uma forma ou de outra por meio do uso de um conhecimento tanto dos pontos de coordenação no espaço, como do uso do som. Havia instrumentos que libertavam som, e que o direcionavam, digamos, como o raio laser faz com a luz. Desenhos de alguns desses instrumentos existem em versões primitivas em cavernas do tempo da Suméria, mas esses desenhos foram mal interpretados, os instrumentos foram tomados por outra coisa. Ninguém sabe como utilizar os instrumentos. E existem alguns, para o referir nos vossos termos.

Os Sumarianos (*soletrado*) deixaram memória da sua existência na cultura Suméria. Eles iniciaram-nos, embora não tenham dirigido todas as suas atividades, nem tivessem sido responsáveis pelas distorções que os seus ensinamentos sofreram, como muita vez resultam. Existe uma vasta diferença entre a Sumaria e a cultura desses livros. Os vossos Sumarianos estiveram por detrás da cultura - eles iniciaram essa civilização em particular.

Vou ser claro. Os vossos Sumarianos mostraram às pessoas desse tempo como comunicar, como dar início aos ofícios, transmitindo-lhes todos os fundamentos sobre os quais uma civilização se poderia basear. Os Sumarianos, os vossos Sumarianos, todavia, não pertenciam ao estoque humano da altura.

Bom. Os vossos Sumarianos tornaram-se parte do estoque humano, nesses termos, noutras alturas. Não se trata de eles tentarem invadir o estoque nativo; eles simplesmente compreenderam a natureza das suas existências individuais pelo que estiveram capacitados para escolher por entre diversos sistemas físicos aqueles em que gostavam de passar a experimentar.

Eles mantêm o seu conhecimento interior e integridade, e nascem num dado sistema qualquer. Sempre utilizam as capacidades e talentos que têm para auxiliar esse sistema, e esforçam-se fortemente por empreendimentos criativos. Não quero necessariamente dizer que eles tenham consciência da sua afiliação. Essa é uma questão individual. Muitas vezes são inventores, mas sempre sene envolvem na iniciação de novas ideias e descobertas. Tudo isso segue padrões interiores especificamente humanos, nos vossos termos.

A humanidade, por conseguinte, possui as suas próprias características e nenhuma "influência externa" poderá ir contra isso, mas tão só trabalhar em conjunto. Parece que quando descobertas se dão, para depois se perderem ao longo das eras, porventura para virem a ser redescobertas mais tarde, isso quer simplesmente dizer que as próprias do homem na natureza não se achariam em harmonia com elas, não as conseguiria utilizar de modo adequado.

Sempre que a agressividade se torna desorientada em demasia, isso automaticamente provoca a perda de poderes ou de descobertas que poderiam ser usadas para destruir o planeta. Esse é um aspeto natural, o princípio de proteção pessoal que opera na vida terrestre, conforme a conhecem. De vez em quando descobertas foram proporcionadas antes do tempo, e prontamente perdidas, apenas para serem redescobertas mais tarde. O problema surge quando tentam categorizar a consciência ou o ser.

O estado fora do corpo, em termos mais vastos, constitui de longe estado mais natural do que situar-se no corpo. Fazem-no sem consciência disso, mas o corpo pode ser feito a partir da camuflagem de um qualquer sistema, construído com facilidade quando sabem como fazê-lo. Por isso, trajes espaciais constituem uma recordação grosseira e inadequada de uma capacidade interior de envolverem o ser interno com a camuflagem que encontrarem ao dispor. Fundir-se com os elementos de um dado ambiente de tal modo que se tornem numa porção viva dele.

Os Sumarianos - os vossos Sumérios — fizeram isso quando iniciaram a cultura referida nos vossos livros. O sentido do tempo que tinham era completamente diferente conforme, entretanto, o vosso próprio o é de uma forma inata. Torna-se difícil explicar isto, mas manter-se em contato com uma civilização durante vários milhares de anos do vosso tempo terrestre ocasionaria porventura a mesma quantidade de tempo e de esforço que um homem possa ter na sua profissão durante um período de cinco ou dez anos, pelo que a relatividade do tempo assume importância nesse contexto.

Basicamente, para o referir nos vossos próprios termos, não existe coisa tal com estoque humano isolado e independente, por a consciência não ter irrompido dos comportamentos físicos ou característicos do vosso planeta, ou em qualquer outro. Conforme será do vosso conhecimento, a consciência vem em primeiro lugar e a seguir forma as materializações físicas dela. Aquelas consciências que selecionaram materializações físicas optaram por operar sob determinadas condições e de seguida surgiram perante vós como as características naturais da espécie.

Elas aceitam certas características, e conquanto experimentem a existência nelas, precisam seguir os patamares que escolheram. Daí que antes lhes tenha falado da inclinação natural que a humanidade tem de entre todas, pois, de elegerem uma existência no vosso sistema planetário particular.

A consciência não é local, nem nunca foi. Tu sempre foste Sumari, o que quer simplesmente dizer que a tua consciência possui certas tendências intrínsecas, interesses, capacidades e especializações. O termo Sumari caracteriza certos tipos de consciência simplesmente por fins de identificação nos vossos termos.

Eu disse-lhes, antes, que existem amontoados de consciência, o que não quer dizer que a consciência não seja individual e separada, mas ao invés possua uma enorme capacidade de congregar, alcançar afiliação, partilhar conhecimentos e experiência, assim como se combinar por padrões em constante mutação, enquanto ainda retém a sua identidade básica e integridade. Ter-to explicado quando começamos as nossas sessões não teria sido possível.

Espaço e tempo constituem ideias que concebeis e que não surgem em termos físicos, conforme, digamos, uma cadeira ou mesa, não obstante parecerem definir tanto a cadeira quanto a mesa, devido a que não consigam definir uma peça de mobiliário que seja se não for no âmbito da existência que tenha no tempo e no espaço. As ideias de tempo e de espaço são concebidas por formas diferentes nos diversos sistemas. E, alguns deles adotam o aspeto de fenómenos naturais, por exemplo, dotados das diversas classificações dos objetos, e noutros como variações da luz e do som.

Vocês acham extremamente difícil considerar a existência em absoluto sem espaço nem tempo, contudo, a consciência basicamente não depende de ambos. As ideias de espaço e de tempo emergem unicamente quando a consciência adota uma camuflagem, quando se torna apegada, ou, por outras palavras, adota um tipo de existência física. Tem e espaço constituem ambas criações da consciência, ou seja, o veículo da sua expressão.

A matéria constitui uma classificação. Conforme expliquei no meu livro, vários níveis de concentração poderão ser usados como plataformas que os levem a desfocar para outros esquemas de tempo. O tempo assemelha-se à cor. Vós focais-vos meramente numa tonalidade.

A vossa presente civilização e a "velha" Sumaria existem a uma só vez, em simultâneo, mas para lhes falarmos delas, preciso recorrer a uma sequência temporal que compreendam. Caso compreendessem que essas civilizações existem a uma só vez, então não estariam tão surpreendidos com o facto de serem capazes de erguer estruturas que presentemente não conseguem erguer na vossa civilização. O vosso momento atual e o momento atual deles existe no mesmo momento.

Na presente área física em que parece que uma civilização material tenha outrora existido, existe essa mesma civilização. Não a conseguirão constatar ainda que permaneçam no mesmo sítio, devido às ideias de tempo que os separam. Tanto a civilização florescente quanto as suas ruínas coexistem. Os antigos Sumérios vivos passam pelos modernos turistas sem

os ver, do mesmo modo que esses turistas passeiam pelo meio dos velhos mercados Sumérios e só contemplam ruínas.

Muito disso poderia ser explicado por equações matemáticas que atualmente lhes escapam. A vossa própria consciência é contemporânea da dos Sumérios antigos, tanto quanto o são os vossos seres atuais, nos vossos próprios termos. Pensem em nações que existam em simultâneo no vosso planeta. Apresentam diferenças na linguagem e na cultura e é preciso uma certa quantidade de tempo terreno para viajarem através do espaço para os visitarem.

Do mesmo modo, o tempo existe todo a uma só vez, mais as suas “alfândegas” peculiares, mas nos vossos termos, no mesmo espaço que conhecem. Vocês aprenderam a abrir estradas ao longo do tempo e do espaço, porém, não ao longo do tempo, ao nível da consciência. Contudo existem interceções de tempo e de espaço que não reconheceram. Estou a falar nos vossos termos, na esperança de tornar isso simples. Por conseguinte, Existem “tempos” tão seguramente quanto locais. Vocês pensam no tempo como achando-se em movimento rumo a uma coisa qualquer, e pensam no espaço como algo relativamente estável.

Não lhes ocorre, pois, que possam aceder a faixas de tempo conforme conseguem aceder a locais. Tudo isto é altamente difícil de explicar. Não quero dizer, por exemplo, que o tempo, cada instante, constitua uma coisa acabada a ser visitada. Apesar do tempo não se encontrar em movimento numa direção particular, nos vossos termos cada instante explode para o exterior e expande-se para fora em todas as direções. Espaço e tempo conforme os compreendem propagam-se mutuamente, um através do outro. Todavia, não se comportam da forma que pensam. Presentemente compreendem a vossa existência apenas na medida que ela interfere com as três dimensões. Contudo essa existência possui atividade própria em muitas outras dimensões. O Sumari, pois, surge ou interfere com o sistema tridimensional proveniente de outras dimensões.

(“O transe da Jane tinha estado a decorrer muito bem, e agora conversava mais acerca do que tinha dito no último intervalo, relativamente ao entalhado feito na pedra que teria sido amaciado por instrumentos que faziam uso do som. Somente um instrumento altamente sofisticado era utilizado, disse ela, na suavização da camada superficial da pedra, de modo a assemelhar-se quase a um congelamento que podia, então, ser facilmente esculpido. O instrumento teria podido fazer ambas as coisas, suavizar e esculpir.

(“Mas antes de mais,” acrescentou ela, à medida que continuávamos a falar, “ou esse ou um outro instrumento terão sido usados para isolar a camada superior da pedra do resto, de modo a não ficar enfraquecida no geral.”

(“Estivemos a conversar acerca do complexo e extenso baixo-relevo esculpido nos caixilhos das portas e lintéis das ruínas de Baalbek, com respeito a isso, para não falar nos cinzelados revelados nas colunas, etc.”

(“Ack-a-sond-a.” Esta é a interpretação fonética de um termo que a Jane empregou para designar o instrumento em questão, quer da parte do Seth ou não, que não consegui pronunciar, conforme no intervalo anterior.

(“O som não era audível ao ouvido humano. O instrumento tinha um aspeto – não consigo muito bem – mas a forma que obtive foi a de uma forma de pistola grosseira, que tudo quanto exigia era ser apontada. Esse instrumento destinava-se somente às pequenas coisas.”

Bom, a matéria era manipulada por meio do uso do som. Alguns restos de naves espaciais tornaram-se templos. Alguns dos visitantes foram vistos a morrer, e mais tarde foram novamente vistos no estado animado recobrado; daí que os Egípcios estivessem tão seguros de que as pessoas sobreviviam à morte.

Devido às viagens espaciais, um visitante podia chegar como um jovem e regressar alguns quarenta anos mais tarde ainda com aspeto jovem, o que conduzia à ideia da imortalidade e da juventude eterna dos deuses.

(Efeitos que brotariam do postulado da relatividade de Einstein, etc.)

Os deuses do Olimpo terão constituído a mais divertida das tentativas do homem de divinizar os viajantes do espaço. Em determinados aspetos, o excessivo e entusiasmado do som foi responsável pelo dilúvio que vem mencionado na Bíblia e noutras obras de literatura. Foi em razão disso que várias tentativas foram feitas no sentido de prevenir o desastre iminente. O uso do som foi importante em diversas alturas na irrigação das áreas secas, por meio de uma captação literal de água a partir de uma certa distância.

Existiram diversas culturas que se provaram difíceis, contudo o som propagava-se literalmente mais longo do que o pretendido, muitas vezes, e causava consequências não planeadas. Tornava-se importante usar de uma enorme delicadeza. O som era igualmente utilizado depois da irrigação, para acelerar o florescimento das plantas, assim como para facilitar o transporte para outras áreas. Era também usado para fins medicinais como operações, particularmente aos ossos e ao cérebro.

Sons verbais eram amiúde estereotipados simplesmente devido ao facto de o efeito sonoro ser compreendido nos efeitos que tinha sobre o corpo. Quaisquer ideias que sejam consideradas supersticiosas teriam, por conseguinte, uma base bastante legítima.

O som era igualmente empregue na localização, assim como no derrube de quem quer que fosse.

(NT: Esta informação traz-nos à mente a narrativa bíblica do derrube das muralhas de Jericó)

Era além disso usado na localização de bolsas de gaz.

Este é um assunto difícil, por a elevação e deslocação de toneladas de pedra ser um exemplo do emprego de diferentes técnicas que faziam uso do som e de cálculos matemáticos precisos. Muitas civilizações cresceram e floresceram em áreas férteis por as pessoas saberem como torná-las férteis e mantê-las assim.

("Durante o intervalo referi de novo as fotos das massivas ruínas de Baalbek que vinham num dos livros que Shirley Bickford nos emprestara. Eu expliquei à Jane a sensação que tinha de que a formidável escultura de pedra, particularmente o baixo-relevo, parecia estar além das capacidades que o martelo e o cinzel permitiam.

(A Jane irrompeu para me dizer que essas gravações tinham sido feitas por meio de pequenos instrumentos que empregavam ondas de frequência sonoras inaudíveis; tais radiações amaciavam a pedra, disse ela, de modo que o trabalho conseguisse ser executado. Ela não sabia de onde teria vindo essa informação, caso tenha sido da parte do Seth, foi coisa que não ficou clara para ela.)

SESSÃO 605

17 JANEIRO DE 1972

("Às 9:20 da noite a Jane disse que sentia o Seth por perto, e que conseguia pressentir uma ou outra palavra na sua cabeça, de modo que tinha consciência da sua presença. Estávamos mesmo a terminar de comer uma sandes. A Jane leu o capítulo anterior enquanto comia. O ritmo inicial dela foi bastante lento.)

Boa noite.

Ora bem. Há exsudações (bleed-throughs) que se dão no tempo e no espaço, conforme são levados a pensar. Lembrem-se de que o tempo é todo simultâneo. As ideias não dependem de ideias pré-existentes. Não é verdade dizer que o homem não consiga conceber uma coisa qualquer que ainda não se ache presente na sua experiência de uma forma ou de outra. As ideias são livres do tempo e do espaço. Apenas os vossos focos determinados pelas conceções do tempo os encerra com respeito a muitas ideias que de outro modo se achariam disponíveis.

Nos vossos termos, essa exsudação, essa transparência tanto pode ocorrer no passado como no presente, e uma ideia atual verter no passado ou vice-versa. As ideias serão atualizadas ou postas em prática (estrutura) de acordo com a atitude de que usarem com respeito a elas.

Algumas das mais sofisticadas artes são provenientes do passado, e tais exsudações resultam no facto de serem captadas no vosso presente. Teoricamente, toda a informação das chamadas civilizações perdidas se

acha bastante ao vosso dispor, tanto quanto a vossa se acha para elas, mas uma mente cerrada não perceberá nada.

Em termos de experiência, a humanidade encontra-se a resolver os seus desafios e problemas (*a sua vertente*) no século 20 como na velha civilização Suméria. Vós simplesmente escolheis vários tipos de estrutura organizacional e pressupostos básicos—todavia, tudo assente nos pressupostos básicos usados na existência física. Os velhos Sumérios e os seus cânticos entoam ainda neste momento ao mesmo tempo que a Jane tenta traduzi-los nos vossos termos.

Quem dera que conseguisse imprimir sobre vós esta enorme transparência que o tempo possui de modo a conseguirem experimentar as suas dimensões. De certa forma "ainda não" desenvolveram uma proficiência (no que toca ao som) que lhes permitisse construir agora estruturas como aquelas descritas na última sessão. (*Baalbek e as pirâmides*) No entanto, tais estruturas existem no vosso momento, exsudações que os levarão a pensar, e por outro lado, que os levam a recordar.

Muitas foram as estruturas físicas que tiveram existência no mesmo espaço físico agora ocupado pelo vosso edifício de apartamentos. Contudo, devido aos pressupostos básicos em que se baseiam, não lhes é possível percebê-los, nem aqueles que vierem "a seguir." No entanto, tais estruturas têm uma existência tão válida quanto o edifício de apartamentos em que se encontram. Eles partilham determinadas coordenadas, e conhecer tais coordenadas seria obviamente muito importante, mas as outras realidades permaneceriam como uma não-realidade, a menos que alterassem o vosso foco primário. Quando o fizerem, não terão necessidade de conhecer essas coordenadas.

O ser interno acha-se bastante ciente de tudo isso. Ele escolhe e capta a informação e os dados que tenham importância para vós, e fornecem-nos ao dispor de acordo com os vossos desejos. Caso se sintam enormemente interessados em história, por exemplo, então o Eu interno traz-lhes a informação necessária a partir das suas fontes. Sob determinadas condições, vocês poderão ser impelidos por meio das coordenadas para darem convosco numa era em que estejam interessados. A intenção consciente, todavia, dirige o tipo de material que vocês recebem. Caso não sintam qualquer interesse por essas coisas, nenhum fenómeno suficientemente se dará a fim de os impressionar no vosso estado desperto. Torna-se, pois, bastante possível construir uma civilização que nos vossos termos estejam agora a estudar, e interpretar antigos registos que vós próprios possais ter redigido, ou mesmo escavar caminhos que vós próprios possais ter aberto.

Isso aplica-se ao vosso próprio período histórico assim como a outros. Noutros estratos, é evidente que a vossa civilização já se situe no passado,

assim como noutros períodos a vossa civilização ainda não existe. As exsudações, contudo não significam que cada povo, de acordo com as suas características próprias, interesses e atividades, atraia certas ideias tanto do futuro como do passado, nem que haja uma constante interação. Por causa disso mesmo, o passado, conforme são levados a imaginá-lo, como já te disse, jamais se acha finalizado nem completo, mas se acha em constante mudança pelo vosso presente e futuro.

O Nabene, acha-se, pois, modificado pelas tuas presentes ações do mesmo modo que tu te encontras modificado pelas suas aparentes ações do passado. A vossa amiga Sue disse que em tais casos imperava uma livre ação em todos os sentidos, e essa é uma descrição adequada.

As pirâmides existem como coisa outra que não matéria física, mas é somente como matéria física que as percebem. Há várias questões importantes ligadas às pirâmides que ainda não foram compreendidas. Os símbolos patentes nelas foram muitas vezes destinados a ser entoados, entoação essa que criaria determinadas reverberações. Algumas dessas reverberações abririam automaticamente várias portas que os conduziriam a segredos ainda por descobrir - mas somente por parte daqueles que tenham compreendido o uso do som. Assim, pois, também os Egípcios foram ajudados, e foi-lhes dito como construir as pirâmides.

("Nabene é o nome de uma personalidade que presumivelmente viveu como homem no primeiro século DC em Roma, na Itália. Conhecemos pouco acerca dessa vida; certa noite, junto com a Sue Watkins que também aí viveu, consegui entrar em sintonia com essa existência até certo grau, por via de imagens.

("O Seth referiu-se a Nabene umas poucas de vezes, assim como ao papel que desempenhara como responsável pelos registos e como professor. A Sue era uma das suas alunas. Eu era bem a figura do superintendente, segundo me foi dito. Tanto a Jane como eu gostaríamos de ter uma sessão para aprofundarmos mais essa vida, incluindo quem mais tenha pertencido à nossa esfera de conhecimentos e tenha igualmente estado envolvido, etc. Eu também vivi em Jerusalém: ("Às 10:10 a Jane disse: "Estou para aqui sentada à espera, mas o contato não parece ser dos melhores, esta noite."

("Eu interrogava-me se te quererias dar ao trabalho de prosseguires," disse eu.

("Eu quero, só não parece estar tão forte. . ." Continuamos à espera. Às 10:15 ela disse: "Durante o intervalo tive a sensação de que o Seth se tinha afastado em vez de ficar por perto, conforme habitualmente o faz - como se tivesse partido a fim de se munir de informação ou algo. mas estou perfeitamente disposta a prosseguir com a sessão, ainda assim."

("De súbito: "Captei uma frase agora mesmo, "disse ela, "relativa à maneira como preparavam o ar antecipadamente para a construção da

pirâmide. Estou agora a receber a sensação de um tremendo monte de gente a cantar — milhares deles — isto ainda tem que ver com as pirâmides. É uma sensação divertida como se o som pudesse irromper pela sala de estar adentro," disse a Jane. Eu respondi que compreendia o que o Seth estava a fazer, à luz do material que tínhamos vindo a receber, ele estava a transmitir à Jane a experiência dessa época anterior assim como da nossa própria, a fim de mostrara como ambas existem em simultâneo. A sua experiência combinaria na perfeição com o material.

("Sinto como que um monte de gente a visualizar a pirâmide na sua mente," disse ela, "para depois, por meio dos cânticos, e do uso de determinadas vogais e tons, provocarem uma alteração efetiva no ar onde o seu edifício iria situar-se. Eles criavam um marco no ar," disse ela fazendo gestos angulares, "em sinal de coesão dessa estrutura imaginária. Depois usavam um certo tipo de diapasões, e a seguir um outro instrumento qualquer. o ruído dos cânticos assemelhava-se como que a algo que usasses para ligar o instrumento — quando o som ascendesse a uma certa tonalidade ele ativaria o instrumento e de uma maneira qualquer intensificaria e concentraria esse som no que haveríamos de chamar de grau incrível — para o reduzirem e em seguida o focarem em determinadas direções."

("Podia deslocar-se objetos muito pesados com ele. Os objetos levitavam — e eram erguidos no ar independentemente do peso que tivessem. Precisavam unicamente ser orientados pela pessoa, até determinado grau. Muitos eram os homens que eram empregues para os guiar mas não para os carregar (nem erguer). O instrumento sonoro possuía um efeito fantasticamente coesivo que unia os átomos e as moléculas."

(10:25: "Para além disso, o instrumento também estabelecia um tipo qualquer de carga extra que ainda não conseguimos entender, ao redor dos objetos que eram assim construídos, como as pirâmides," prosseguiu a Jane. Ela agora falava mais depressa do que durante a sessão. "Portas e corredores abrir-se-ão, dentro das pirâmides, por meio do som correto (mensagens e sinais), que foram concebidos para abrir exclusivamente quando esses sinais exatos fossem emitidos."

("Isto soa verdadeiramente estranho. Existiam também pirâmides invisíveis — nós não conseguimos mesmo vislumbrá-las." Eu podia constatar que a Jane não sabia o que fazer com esta informação que recebia, por se revelar até hesitante em dar-ma a conhecer.

("Essas pirâmides eram construídas de tal modo que refletiam tudo à sua volta, de modo que quando olhássemos para elas não as víssemos como objetos. Espera, não estou a captar isto corretamente. . . . Elas constituíam a camuflagem perfeita onde quer que se achassem, mas determinados tons sonoros torná-las-iam visíveis."

("Existem certos compartimentos como esses, dentro as pirâmides normais, também."

("Pausa às 10:30: "São estruturas edificadas na vossa Terra de forma extremamente hábil. Padrões sonoros haveriam de as materializar, mas caso esses padrões não fossem entoados, então as estruturas ficariam simplesmente fora do alcance do que normalmente se chamaria "físico. Mas caso esse padrão fosse emitido ou entoado, elas tornar-se-iam completamente visíveis, entendes?"

("A Jane disse: "É como se estivessem congeladas — embora este não fosse o termo ideal — a determinada fase até que tais padrões fossem usados." Pausa. "Todos os objetos possuem os seus próprios padrões sonoros que auxiliam a sua estrutura assim como os átomos e moléculas o fazem. . ." intervalo às 10:35 "Eu queria fazer um intervalo," disse a Jane. "Jamais tinha escutado semelhante coisa. Parecia uma doidice que nem sequer tinha vontade de enunciar, essa das pirâmides invisíveis. . . Consequia ouvir os cânticos por este lado." Acenou para a esquerda ao se sentar na sua cadeira, indicando o amplo espaço aberto na área central da sala, como se estivesse quase a ir de encontro a uma parede. "Eu captei alguns dos cânticos mas não conseguia expressá-los. O Seth não me preveniu quanto à ocorrência de nada disso."

("Às 10:43: "Estou só à espera de ver o que sucede a seguir. Não é muito intenso, mas tenho a sensação de uma barreira ali," e de novo Jane gesticulou voltada para o seu lado esquerdo," que não consigo transpor. Mas tudo isso procede dali. Tem que ver com a capacidade que esses instrumentos têm de tornar átomos e moléculas mais densas, e de fazerem coisas diferentes com eles. . ."

("Então, Seth retornou às 10:45:

Bom. A informação que a Jane deu acha-se substancialmente correta. Vocês sabem que o som produz efeito sobre todas as coisas vivas. É capaz de ajudar a emendar os ossos. Mas também pode ser usado no reforço das estruturas. . .

Gostava que em momentos ocasionais olhassem para os objetos e tentassem ouvir o som que emitem. Isso poderá representar um treino conveniente para certas outras coisas que estão para vir. A propósito, isso também se aplica aos vários órgãos do organismo, assim como ao próprio corpo. A seguir deixem que o som evoque o que emanar naturalmente deles. Existe uma inter-relação estranha entre o som e aquilo que pensam que seja o tempo, mas no sentido de ligação. O tempo pode surgir como som. O som pode ser usado para separar certos elementos de outros, mas por outro lado, pode também servir para os unir. A esse respeito pensem no som como uma linha com que esboçam. Contudo, pensa igualmente no som com respeito talvez aos teus quadros, sons que levem os próprios quadros a

adquirir uma maior vitalidade e que faça com que os materiais durem mais. E com isto os deixo. . .

SESSÃO APAGADA

19 DE JANEIRO DE 1972

(Esta é a sessão regularmente agendada para 19 de janeiro de 1972. É eliminada do registo.)

(Esta tarde disse à Jane que gostaria de alguns dados sobre duas questões: o peso dela e a sua caminhada, nenhum dos quais tinha melhorado. A sessão começou às 21h43. Às 21h33, a Jane teve uma impressão — duas vezes, rapidamente — de uma morte e flores de funeral, disse. Foi bastante intrusiva e cortou o que ela estava a dizer e a pensar — o que estava do lado desencorajado relativamente à sua condição.)

(Os exercícios de ioga ajudaram um pouco, disse. Ela não sabe se a impressão de morte foi simbólica ou literal. Não sabemos de ninguém no nosso círculo pessoal que tenha morrido recentemente, por exemplo, ou que esteja perto da morte, tanto quanto podemos dizer.)

Boa noite.

(“Boa noite, Seth.”)

Agora. Esta será uma sessão curta, e farei alguns comentários pessoais.

Antes de mais, em termos de dieta, a vossa ideia de uma dieta normal é bastante adequada. As outras dietas de que têm falado são de facto restritivas (como eu disse anteriormente), particularmente para fins gerais. Dietas especiais, em momentos específicos, restritas, podem ser benéficas em certas áreas especializadas de desenvolvimento, mas há sempre o perigo de exagerar.

No caso do Ruburt, mais comida normal é suficiente no que diz respeito à própria dieta. Ele continua a ir bem com os exercícios. A sua determinação em usar o corpo está a ajudar nesta área. De tempos a tempos vem à superfície um ressentimento suficientemente natural, natural dadas as circunstâncias, em que ele se opõe a tirar tempo específico para isso, mas em grande medida está a superar essa atitude e está a instalar-se uma atitude mais flexível perante o corpo.

Devem discutir em conjunto os vossos planos para que se tornem mais parte da vossa realidade agora. Isto também o encorajará, à medida que ambos discutem livremente todos os aspetos, e ele não alimentará preocupações, podendo falar francamente no contexto da conversa.

Podes orientar, por exemplo, a sua expectativa quanto às férias por vias positivas. Quando isto acontece, atitudes positivas e negativas interfluem livremente. Caso contrário, ele não expressa preocupações, por

exemplo. As que tem não são graves, quanto à sabedoria da vossa mudança, por exemplo, mas são projeções negativas da parte dele.

Casas de hóspedes que têm quartos dois andares acima, como é que ele consegue descer as escadas, esse tipo de coisa — mas ele não as expressou. Incentiva-o a fazê-lo, a pô-las cá fora, onde podem ser tratadas com bastante facilidade com a tua ajuda.

As sugestões devem definitivamente ser retomadas, com leveza, mas tornarão os exercícios muito mais eficazes. As sugestões de confiar no corpo, e aquelas que começaste há algum tempo. Estas são altamente importantes, e houve resultados, então, quando trabalhaste com elas de forma constante.

Pode parecer que os resultados não surgiram (não surgiram), mas o caderno do Ruburt delineia claramente vários pontos de progresso durante esse período. Com a mudança do vosso modo de vida agora, e a forma física de lidar com problemas — pô-los cá fora — as sugestões terão melhores resultados do que tiveram antes. Tudo isto está ligado tanto à caminhada como ao peso.

Na medida do que puderem, comam fora com alguma frequência nas vossas férias. Comer, mesmo num ambiente diferente, percebes, ajuda a quebrar antigos padrões alimentares. As sugestões ajudá-lo-ão a ganhar peso se forem usadas. Quando o livro for enviado no seu caminho, isso também ajudará — um projeto então, para ele, completo. O ar, se estiverem no exterior, também ajudará o apetite dele. Vai aumentá-lo. Sugiro também um acréscimo de vitaminas e que ele faça uma lista dos alimentos de que gosta particularmente.

Quanto mais fizer fisicamente, mais o corpo precisa e pedirá comida. Ele está quase a terminar o longo ciclo de sono que se seguiu diretamente ao início dos exercícios. Tens tentado moderar os teus comentários quanto à comida, até certo ponto. Isto resultou em ele acrescentar mais à vossa refeição da noite. Ele tem comido, por exemplo, molho, e batatas com mais frequência, onde antes não o fazia.

O ciclo menstrual está a começar a regularizar-se, e mais intimidade da vossa parte facilitaria isto.

Isto é tudo o que sugiro esta noite. Em vez disso, quero que falem sobre a vossa viagem e que o Ruburt se livre de algumas das preocupações ligadas a ela, para que os elementos positivos possam ter maior peso. Falem também dos vossos outros planos, se quiserem, mas usem o tempo para comunicar dessa maneira.

Eu ouvirei.

(*“Está bem.” (22h06.)*)

SESSÃO APAGADA

16 DE FEVEREIRO DE 1972

(Eliminada em 16 de fevereiro de 1972. Marathon, Flórida. 20h20, quarta-feira.

(Tal como tínhamos conversado no fim da sessão de 19 de janeiro, falámos durante horas antes da sessão de hoje. Primeiro obtivemos respostas do meu pêndulo. Sempre considerei esse método muito fiável — e assim foi mais uma vez. Impressionante, as crenças que pareciam tão óbvias e, no entanto, tão persistentes!

(A Jane ficou tão agitada com essas respostas que rabiscou as suas próprias notas e desenhos [alguns dos quais são aqui apresentados], depois martelou na máquina de escrever, com erros ortográficos e tudo, as suas reações adicionais antes da sessão desta noite.)

Agora deixem-me avançar ao meu próprio ritmo e à minha maneira. As vossas perguntas serão respondidas, mas deixem-me tratar disto à minha maneira e não começar necessariamente pela pergunta A.

Parte disto, então, será uma revisão necessária. A propósito da vossa própria conversa mais cedo esta noite, tenho algumas observações.

Antes de mais, o Ruburt idealizou-te, como sabes, nos primeiros tempos do vosso namoro e casamento. A poesia dirigida a ti mostra claramente que ele não te via na mesma luz que os homens comuns. Sentiu, em certa medida, depois da vossa mudança para Elmira, que retiveste a liderança. Isto foi o golpe duplamente esmagador porque, para começar, ele te idealizou em tal grau excessivo.

Disse-vos que isto era revisão, mas pertinente. Ele sentiu que, quando tinha iniciado ação no passado, ela não resultara, e então passou a ter receio de iniciar nova ação, pelo que ficou à espera que tu o fizesses. Isto envolvia principalmente a ideia de deixares o teu emprego, particularmente à medida que o dinheiro se acumulava no banco.

Nada disto foi dito, e ele sentia isso como desleal. Achava que interpretarias quaisquer sentimentos desses da parte dele como acusações contra a tua masculinidade. Acabou por ser levado a expressar algumas dessas atitudes à medida que os anos passavam; particularmente depois do teu 50.º aniversário e do 40.º dele, ficou literalmente em pânico e, no entanto, tu não fazias nada, na perspetiva dele.

(Expliquei à Jane que nunca senti quaisquer acusações contra a minha masculinidade; isso nunca foi um problema para mim. Quanto à ideia de não fazer nada, expliquei-lhe que pensava que poupar dinheiro nos permitiria obter o nosso próprio espaço de habitação eventualmente e, assim, resolver alguns problemas de longo prazo. Mal percebi que ela se estava a revoltar contra um modo de vida em que tínhamos caído, provavelmente sobretudo por meu desígnio inconsciente, tentei emendar

saindo do emprego, etc. Eu diria que a percepção se tornou consciente no fim do ano passado; mantive o emprego até terminarmos a revisão do guião de Seth Fala, até ao fim de janeiro.)

O sucesso, para ele agora, colocar-te-ia automaticamente sob má luz aos seus olhos. Havia a luta para ter sucesso e para não ter sucesso. Sentia que não te estavas a pôr à prova, que estavas a conter-te enquanto ele se punha à prova, e muitas vezes não se saía muito bem.

(Mais uma vez, não considero que qualquer sucesso da Jane me colocaria sob má luz. Tenho sido a favor do sucesso dela, especialmente desde que comecei a entender as minhas reações pobres à publicação do seu primeiro livro — ciúme, etc.)

O facto de dizeres “Estou a dar-te a oportunidade de fazeres isto através do meu emprego” enredava-o ainda mais, pois ele sentia, basicamente, que por baixo disso havia outra razão: que, se quisesses muito pintar o tempo todo, fá-lo-ias; que devias tê-lo feito; que devias fazê-lo; que terias e poderias ter gerido sem empregos, particularmente nos anos mais recentes; e que estavas a trair-te e, portanto, a ele. Ele não sentia que isso fosse da sua responsabilidade. Seria uma inversão da liderança, para ele, dizer-te o que fazer.

(Concordo com tudo o que antecede, exceto que talvez a liderança devesse ser uma coisa mútua no nosso caso, as forças de um sustentando os pontos mais fracos do outro, etc.)

Ele não queria admitir estes sentimentos a ti nem a si próprio. Sentia também, no passado, que se te dissesse para deixares o emprego e isso não resultasse como querias, tu o culparias, tal como pensava (sublinhado) que o culpaste pela mudança de Sayre.

À medida que a sua própria juventude inicial se esvaía e nada era feito, ele ficava mais assustado. Via as vossas vidas a esbaterem-se nas vividas por outros, as linhas finas do propósito acabando por se embotar.

O trabalho psíquico estava perfeitamente bem enquanto acrescentasse aos vossos próprios empreendimentos criativos ou com eles se misturasse.

Agora, além de tudo isto, como sabes, por causa do seu passado ele tem uma grande necessidade de dar-e-receber emocional e de reafirmação. Isto deve vir em grande parte de ti. É — e tem sido — um ponto sensível. À medida que ficou com receio de que a juventude o deixava e de que os teus impulsos para pintar e escrever não eram tão seguros e dominantes, então ele ficou ainda mais necessitado de reafirmação.

Por causa da situação, claro, foi ainda mais difícil do que o habitual para ti dá-la. Isto, por si, agravou aqueles velhos receios relativos ao sexo e ao corpo — de que isso o desencaminharia. Se tu não — estou a usar agora os termos dele — flertasses com ele e brincasses com ele nesses termos, ele temia que procurasse essa garantia nos olhos de outros homens.

Tudo isto contribuiu para o entrave ao movimento corporal. Por quaisquer razões, ele nunca planeou casar com um homem que fosse trabalhar todos os dias fora de casa, mas via-vos a ambos envolvidos numa camaradagem partilhada de trabalho e de amor. Tu, pareceu depois, agarraste-te a um emprego com grande tenacidade e não o largavas, e ele ficou cada vez mais receoso de sugerir que o deixasses. Como não o fazias por tua iniciativa, temia que isso significasse que não querias. Estaria a forçar-te a uma posição que estavas a evitar com todas as tuas forças, independentemente do que dizias. Sentiu-se encurralado, com a vida a escapar-se.

Quis gritar aos céus a tua decisão (*de deixar a Artistic*), claro, e achou que estava a ser bastante razoável ao nada dizer por algum tempo, a teu pedido; no entanto, em segredo, pensou que a tua atitude de silêncio significava que não estavas orgulhoso da decisão, que não a querias tornar pública, que estavas a agir envergonhado e querias mantê-la discreta, em vez de como um triunfo.

Agora. Os sentimentos de pessimismo pertencem a ambos e ajudam a manter os sintomas num estado agitado. São uma parte forte do vosso problema, e há um *feedback* negativo que opera a esse respeito.

Ainda não encorajas, agora, amavelmente, o Ruburt a discutir os seus medos. Os dois não os trazem de forma consistente para a luz do dia.

Alguns poderiam ser facilmente descartados se disseses com amor: “Estes são inofensivos. Não percebes como são tolos?”, mas sem acusação.

O hábito diário daria grandes resultados. Tenho-vos dito muitas vezes — Queres um descanso?

(“*Quero.*”

(A minha mão estava cansada. No intervalo desabafei e resmunguei até certo ponto. A Jane disse que não queria continuar a sessão se isso me fazia sentir assim, mas respondi que queria que a sessão continuasse, etc.)

Agora. É precisamente porque o Ruburt atribui tão alto valor ao teu trabalho e à tua capacidade que ficou tão preocupado. Se tivesses deixado de pintar, percebes, o dilema, de certa forma, não teria existido. Ele sentia que te estavas a negar a coisa que querias da vida acima de todas as outras.

(Este material, até ao intervalo, responde em grande parte a coisas que disse e a questões que levantei no último intervalo. Está muito bem feito.)

Quanto mais valorizava o teu trabalho, mais preocupado ficava. No início, ressentia-se muitas vezes do trabalho psíquico precisamente porque tirava tempo à tua pintura para as transcrições. Portanto, por detrás de tudo isto está a sua alta estima pelas tuas capacidades e pelo teu trabalho, e a sua recusa em ver-te aprisionado de modo a não teres tempo pleno para as usar.

Estava zangado com a tua mãe, por quaisquer ideias que ela te tivesse dado e que impediram o uso pleno das tuas capacidades. Uma das coisas

que o Ruburt mais ressentido na tua mãe é a sua falta de compreensão da natureza das tuas capacidades artísticas. O Ruburt considerava a tua mãe uma inimiga nesse sentido.

Portanto, não é que, aos olhos do Ruburt, o que fizeste não seja importante. A sua importância, no entanto, aos olhos dele, acarreta a responsabilidade de ir mais longe. A devoção firme e constante que tens por ele é sempre apreciada, nunca tida por garantida, mas ele sente que estaria a negar essa tua devoção se não visse que tivesses a tua oportunidade de trabalhar.

Agora dá-nos um momento. *(Pausa.)* O valor das vossas vidas em conjunto e separadamente não vos aparece. O vosso efeito sobre os outros, mesmo antes do trabalho psíquico, tem sido literalmente inestimável para muitas pessoas. Têm sido faróis para elas. Vão, literalmente, a áreas onde muitos não conseguem seguir. Vão por eles e por vós, sendo esta a natureza da criatividade.

A vossa relação, por si só, por mais insatisfatória que vos possa parecer por vezes, serviu, e servirá, de farol para muitos que não ousaram tentar tanto, que não ousaram aceitar os desafios que vocês aceitaram.

Tudo isto deve ser tido em mente, e digo-vos-lo para que não vos concentreis nas dificuldades e não encontreis mérito nas vossas vidas. Ambos são responsáveis pelo desenvolvimento psíquico e, sem a tua devoção constante, José, tantos não teriam sido ajudados. Não conheces estas pessoas que leram os livros e beneficiaram.

Agora faremos um intervalo. Não culpem as boas pessoas.

(“Está bem.”)

(O Seth falou assim por causa de muito barulho ao lado. Estavam a mudar-se recém-chegados para a unidade ao nosso lado; ouvi também a voz de uma criança, o que de imediato me irritou. O nosso senhorio tinha-nos dito antes que pessoas do Canadá viriam ficar uma semana ou dez dias — por outras palavras, tanto quanto provavelmente nós ficaríamos aqui —, mas não mencionara crianças. Franzi o sobrolho, depois o Seth falou. Mais um problema, pensei, ainda que apenas temporário. Ainda assim, eu e a Jane tivemos uma boa conversa. Achei o material excelente.)

Agora. Com cada livro que o Ruburt produzia, sentia-se mais culpado por tu continuares no emprego. Temia que ambos se tornassem demasiado tímidos, com o tempo, para dar o passo que ele sentia que tinham de dar, e que a oportunidade necessária vos escorregasse por entre os dedos.

Apesar da idealização excessiva anterior, ele ainda pensa, percebes, que és único entre os homens, pois o verdadeiro amor permite perceber a sublime unicidade do amado. A par do teu próprio impulso para pintar, ele via-te pelos olhos do seu próprio impulso para criar.

Ele sente que também tens um papel a desempenhar no trabalho psíquico que não poderias desempenhar tendo um emprego.

Agora. Um ponto separado, voltando à discussão dos medos. Antes de partirem para a viagem, falei-vos de algumas das projeções negativas do Ruburt e aconselhei-vos a discuti-las. Lembro-me bem da noite. Fizeram um pequeno lanche e foram para a cama, e pronto. E falei em termos severos.

(A Jane lembra-se desta sessão melhor do que eu. Teve lugar em janeiro. De qualquer modo, não tivemos discussão alguma daquelas recomendadas, etc.)

O facto de teres tomado a decisão de sair não significa que, automaticamente, os padrões de pensamento negativos se aliviem. Quando o Ruburt teve medos quanto às suas capacidades físicas durante a viagem, antes da viagem, eles não foram discutidos a fundo, mal foram mencionados. Juntos deveriam ter visto que, nas circunstâncias, eram “extensões naturais” de hábitos passados. Alguns eram preocupações suficientemente vulgares que qualquer um teria ao empreender uma viagem — sobre dinheiro, etc. —, nada de grave e facilmente tratáveis se ventiladas; mas ele envergonhava-se delas. Eram negativas e deviam ser escondidas.

Um encorajamento amoroso para se livrar disso teria resolvido as dificuldades da viagem. Em vez disso, tentou sorrir e empurrar os medos da viagem para baixo, e tu deixaste.

Ambos ainda vos faltava a comunicação dos vossos desejos e medos. Sentimentos simples ficam por expressar.

Agora, há razões para tudo isto. Eu ver-me-ei por vos dá-las, mas, entretanto, podem ambos fazer um esforço para exprimir sentimentos.

(Já começámos, com bons resultados, enquanto escrevo isto no dia seguinte.)

Tornar-se-á mais fácil à medida que avançarem. *(Com humor.)* A não expressão deixa a porta aberta a todo o tipo de interpretações erradas. Parte da dificuldade aqui teve a ver com o facto de o Ruburt ter destapado o corpo diante de outros, o que, para ele, o fez sentir vulnerável, acentuando o contraste *(com os outros)*; ele não deixou que os sentimentos normais tivessem vazão. Devia ter chorado com toda a honestidade diante de ti, e tu devias então ter tentado tranquilizá-lo quanto a esses elementos positivos do seu aspeto.

Antes, contudo, ele não se teria exposto assim em circunstância alguma. Propositadamente colocou-se numa posição em que o físico era enfatizado. Isto foi um avanço. Também significava, porém, que ambos deveriam ter encarado honestamente os sentimentos despertados. Em vez disso, ele tentou escondê-los.

(Eu, claro, reparei quando a Jane começou a usar roupas curtas aqui, mas presumi que simplesmente decidira fazê-lo e, por isso, considerei-o um avanço distinto. Escapou-me completamente que ela estaria a esconder

sentimentos sobre se revelar. Ao perguntar-lhe antes de escrever estas notas, soube que, de facto, tinha encoberto sentimentos de inadequação, choro, etc., acerca do seu aspeto comparado com o de outros.)

Há pontos na sessão que quero desenvolver e vários outros comentários que quero fazer por agora.

De novo, o teu encorajamento amoroso de que ele pode, por exemplo, descer um degrau é altamente importante e de apoio. Pelas razões dadas anteriormente nesta sessão, ele recua e hipnotiza os músculos para acreditarem que não podem agir de tal e tal maneira. Tenta com toda a honestidade realizar um ato enquanto acredita que não pode, de modo que os músculos lutam uns com os outros e doem bastante.

O teu encorajamento amoroso, portanto, ajuda a facilitar a transição para a ação, outra vez, de forma bem prática, independentemente das razões para a auto-hipnose —

(“Mas não vamos realmente a lado nenhum até ele ultrapassar essa auto-hipnose.”)

— e até encorajes o fluxo livre de sentimento; e tu consegues. A situação não é de longe tão desesperada como parece, e digo-te, José, que os vossos sentimentos conjuntos de desespero são tão hipnotizantes quanto aquilo que te acabei de explicar sobre as ações do Ruburt.

Não to posso dizer mais simplesmente do que isto: enquanto persistirem em considerar a situação sem esperança, então ela é — e vocês tornam-na assim. No momento em que romperem esse círculo, no momento em que a melhoria começa — e continua.

(“Então ele não saiu desse círculo desde que isto começou.” Com isto referia-me a pelo menos os últimos cinco anos. Devia tê-lo dito, mas o Seth percebeu o meu sentido.)

De facto não saiu, exceto por dois períodos — e tu também não. O facto, porém, de teres deixado o emprego dá-te uma forte vantagem e ponto de partida, mas tens de o usar. Isto significa que, antes de mais, devem admitir honestamente os vossos sentimentos acerca de deixar o trabalho; ambos, tanto os medos como as esperanças. Depois significa que não desperdiçam tempo e energia em apatia, ou a chorar sobre o passado, mas que se veem finalmente a iniciar um curso de ação que é altamente importante. E um curso, aliás, que a muitos não é dado seguir. As vossas capacidades conferem-vos dimensões adicionais de natureza mental e espiritual que tomam por garantidas.

São de tal forma parte de vocês que não reconhecem a sua relativa singularidade, e é importante que o façam. Os outros reconhecem essas qualidades muito bem em vocês — e a falta delas em si próprios. É altamente importante então que tentem sentir isto, ser gratos por isso e não se concentrarem no que vos parece ser a tragédia de não as terem usado plenamente mais cedo.

Francamente, são de tal natureza que a juventude não as poderia levar a frutificar. Isto tu e o Ruburt devem sublinhar e recordar. Não as poderias usar em pleno quando jovem, mais do que o Ruburt poderia ter usado as suas capacidades psíquicas sem grosseira distorção. Sublinhem as últimas várias frases e aceitem a minha palavra.

Agora, por esta noite deixo-vos descansar, mas haverá outras sessões; e sugiro que sigam os planos que começaram hoje.

(“Está bem.”)

Despeço-me com votos de uma excelente noite.

(“Obrigado, Seth. Boa noite.”)

SESSÃO APAGADA

19 DE FEVEREIRO DE 1972

(Eliminada. 19 de fevereiro de 1972, Marathon, Flórida. 21h05, sábado.

(Hoje a Jane e eu visitámos Key West, a uns 80 km daqui. Perguntámos preços em vários hotéis, etc. Depois da excelente sessão de quarta-feira, 16 de fevereiro, esperávamos boas melhorias na Jane. Ontem houve algumas. Hoje, na viagem, ela estava visivelmente mais lenta, teve dificuldade em descer um degrau. Fizemos uma sesta ao regressar. Acordei com várias perguntas que queria ver respondidas numa sessão esta noite; o problema com os degraus, porque é que ela piorou depois da digressão para The Seth Material, etc.?)

(Conversámos brevemente depois de um jantar tardio. Enquanto arrumava, a Jane disse-me, quando terminou, que “recebeu” que estava pior em Key West porque devia ter ficado aqui a trabalhar hoje. Fomos a Key West com a ideia de possivelmente passarmos lá a última semana, mas achámos os preços demasiado altos para nós, pelo menos com tão pouca antecedência. Depois da sesta, sugeri que talvez ficássemos aqui na próxima semana, para trabalhar, ter um par de sessões, etc., e a Jane concordou.

(Quando a Jane saiu da casa de banho depois de lavar-se, disse várias vezes que estava a receber esta informação, que tinha uma carga forte por detrás, e que “não sabia o que fazer”. Repetiu esta frase várias vezes. Disse que as sensações queriam explodir. Tinha sentido sensações semelhantes outras vezes aqui na última semana, particularmente depois da última sessão, e fez um esforço para as descarregar de forma razoável conversando. Pensei que provavelmente as sensações deveriam ser deixadas sair violentamente, mas estávamos inibidos pelo entorno e, provavelmente, pelo medo, etc. De qualquer modo, parecia uma grande ajuda termos sequer chegado às sensações. Perguntei à Jane, já um tanto

impacientemente, se conseguiria descarregar as sensações numa sessão, como tínhamos planeado.

(Disse que achava que o Seth estava a tentar uma experiência, que era melhor fazê-lo desta maneira. Podia sentir o Seth por perto, mas ele estava a deixá-la prosseguir por si.)

(Foi uma noite mais fria, muito ventosa. O vento soprava forte — até 50 km/h, e até mais — há mais de 24 horas. Tínhamos o aquecedor ligado no estúdio. Sentámo-nos na cozinha. A voz da Jane estava normal, o que significava que muitas vezes tive de lhe pedir que repetisse uma frase porque os vários ruídos quase a abafavam. Disse depois que estava num estado alterado de consciência. Sabia o que estava a dizer e lembrava-se de parte. Teve os olhos abertos a maior parte do tempo. O seu ritmo não excedeu a minha velocidade de escrita, mas muitas vezes esteve no limite. Uma leve raiva manifestou-se por vezes.)

(Portanto, por sugestão da Jane comecei a escrever o que ela dizia. Há que lembrar que, no início desta experiência, nenhum de nós sabia o que iria acontecer.)

Muito bem (*disse a Jane*), chamem-me a criadora, esta parte de mim que está a falar. Estamos a usá-lo para designar o que eu sou. Sou composta pelos vossos fortes impulsos para a criatividade. O meu propósito é proteger e dirigir as vossas energias especificamente nas áreas da escrita e da pintura. Direi claramente o que penso. Quero este diálogo porque os meus propósitos não estavam a ser cumpridos. Os meus esforços obviamente funcionaram contra si próprios.

Ideias morais fortes soldaram o que eu sou — colaram os impulsos criativos como cola. Uma parte de mim nasceu na infância do Ruburt. Essa parte foi fortalecida pelas tuas próprias ideias de trabalho e criatividade. Tornaste-te o polícia. Conteí contigo para que a criatividade do Ruburt fosse canalizada e usada, protegida, mas sobretudo não desperdiçada.

Muitos aspetos das vossas ideias conjuntas gravitaram para mim. Outras áreas de vida foram todas moldadas em conjunto para que resultasse unidade. Teriam, por exemplo, nenhuns desejos que fossem basicamente em oposição ao criativo.

Os vossos impulsos criativos tornaram-se parte do que eu sou, de modo que o que eu sou inclui a força dos impulsos criativos de ambos. Acredito que ambos devem escrever e pintar um tempo razoável diariamente. (*Pausa.*) Sempre fui contra quaisquer empregos que vos desviassem, desde que não estivésseis em necessidade extrema, caso em que estaria disposta a suspender o meu juízo.

Começaste a mudar as tuas ideias. Eu esperava que fossem inabaláveis. Quando pareceu que não policiarias os dois com o fervor intenso necessário, comecei eu a fazê-lo e assumi todas aquelas atitudes que tinham sido tuas. Foi fácil. O Ruburt é literal em muitos aspetos.

Olhava para ti com admiração. As sugestões constantes criaram raízes, e usei isso para os meus propósitos.

Sou literal, no sentido em que acredito que foram feitos para ser criadores, e fiz tudo ao meu alcance para ver que não se desviavam. Considerei a vossa posição perigosa, mais ainda à medida que o tempo passava. No entanto, os meus métodos agora claramente não estão a funcionar, por isso torna-se necessário que eu comunique convosco.

(Pausa longa, de olhos abertos. Não fiz perguntas.)

Houve dificuldade com os livros. O meu impulso estava a ser satisfeito e, no entanto, o dinheiro estava a ser usado para sustentar um status quo que eu só podia aceitar nos primeiros anos em Elmira.

Não quero que passem fome, nem que sejam infelizes. Não quero que passem privações, mas, fora isso, nada mais me interessa senão o vosso trabalho.

Vocês dois fizeram-me mais ou menos a promessa de que o Ruburt voltaria a trabalhar sensatamente no seu livro (depois da última sessão) e, em vez disso, fizeram uma viagem. Considero isto uma traição — pequena, mas bastante indicativa dos vossos comportamentos.

Os meus métodos, porém, não trouxeram o que eu queria. Agora passam metade do tempo a tentar decifrá-los e a perceber o que há de errado com o Ruburt — tempo em que deviam estar a trabalhar. Não me importa se ambos morrem pobres, mas exijo que vivam usando as vossas capacidades.

Esse propósito une-vos e, quando não estão sintonizados com ele completamente, ficam infelizes ou doentes, uma coisa ou outra. Sou protetora porque sei que é assim. É o propósito que dá sentido a tudo o resto nas vossas vidas. Como agora estou ligada ao Ruburt, as ideias dele naturalmente coloreem muitas das minhas, portanto o seu medo do passar dos anos desenvolveu-se sobre o teu medo deles de há dez anos, projetado agora para o teu futuro, por seres dez anos mais velho do que ele. Assim, para mim, não tens direito a ter um emprego.

Percebo que saíste, mas esperava uma concentração total no teu trabalho e planos. Infelizmente houve efeitos secundários dos meus métodos que tornam a condição do Ruburt um impedimento aos próprios planos que quero.

(Pausa.) Eles próprios levaram-vos a concentrar-vos aqui na condição dele. Por si, por outras palavras, ele adquiriu hábitos negativos, aparentemente como um efeito secundário dos meus métodos.

Considerei a viagem de hoje um escândalo. As férias em si, uma excelente ideia se metade fosse dedicada ao trabalho. Acompanho o desenvolvimento psíquico enquanto ele acrescente ao vosso trabalho e o influencie. Fico desconfiada se vos impede de pintar, por causa de apontamentos, mas isso não me incomoda quando também estão a pintar.

As minhas exigências, para mim, são simples e razoáveis. Para além disso, não vejo outras que valham a pena. Tudo o que têm de fazer para me agradar é trabalhar um número razoável de horas por dia; depois não me importa o que façam, mas espero que esse propósito governe e dirija as vossas vidas — que seja o foco em torno do qual todos os outros eventos acontecem, não um acessório.

Abomino amadores de passatempo. Tudo o que eu sou foi, e é, para vos impedir de caírem da linha fina de empreendimento criativo concentrado, intensamente concentrado (*pausa*), que é o propósito que vos move a ambos.

Não aceito substitutos e, nesse aspeto, sou como um Deus ciumento. Também sou um pouco como um computador descontrolado, porém, se os meus métodos não servem os meus fins. Quero que a principal porção energizante de vocês seja dirigida para o vosso trabalho, ambos. Agora foi dirigida para a condição do Ruburt. A condição desaparecerá automaticamente se estes fins forem cumpridos. São efeitos secundários.

Disseste uma vez que gostarias de viver no topo de uma montanha, e nunca sair, e apenas trabalhar sem distrações. O Ruburt estava a levar isso a cabo à sua maneira.

Se trabalharem por vossa conta, ambos, então não preciso de vos policiar. São livres de brincar e vagar quando o trabalho estiver feito. Tentei pô-lo sentado a escrever livros, acorrentado à cadeira, percebes. O propósito era duplo: ver que ele trabalhava criativamente por si e não pudesse ter emprego, e obter dinheiro para que tu pudesses pintar a tempo inteiro.

Quanto mais os livros eram escritos, menos disposto parecias para fazer o que eu queria. A luta tornou difícil até criar durante um tempo. Fiquei apanhada entre usar as minhas energias para ajudar o Ruburt a criar e tentar obter dinheiro através da criatividade para tu largares o emprego. Isto, por si, travou o impulso criativo, daí a dificuldade com o livro dos sonhos.

Tu não saías do emprego de qualquer maneira, por isso criei um livro que não venderia. Isto não pareceu ajudar. O Ruburt ficou ansioso. Liberei a criatividade em força então no início de *Adventures* e do novo desenvolvimento (*Sumari*).

Finalmente começaste a perceber que eu queria que deixasses o emprego (*pausa longa às 21h55*), mas as atitudes negativas que se tinham acumulado colaram-se aos novos projetos — algo que não previ. O meu poder é a força dos impulsos de ambos. (*Pausa para um cigarro.*) Sou uma parte de ti, então, a parte que sempre odiou o teu emprego e mal te perdoa tê-lo mantido tanto tempo. Compreendo que foi necessário por um tempo, mas todos os pensamentos de segurança para além das necessidades diárias

significam pouco para mim. Quero-te suficientemente seguro para trabalhar em paz. Fora disso não tenho interesse.

Vejo a espontaneidade dos teus esboços, tão bons, muitos feitos no emprego, a dar às canelas no emprego — a espontaneidade em oposição direta ao trabalho que te era exigido lá.

Para mim, as minhas exigências são simples. Enraiveço-me quando nenhum de vocês trabalha como deve. Mostra-me que não precisas de um polícia, que, se eu largar, não escorregarás para longe dos teus objetivos. Sou uma capataz. Esse é o meu papel. Sou razoável, contudo. Estou agora disposta a negociar. Ao negociarem comigo, negoceiam convosco. Não aceito compromissos. Aceito trabalho sólido e intenção firme.

Eu não comprometi. Vocês é que comprometeram. Agora exponho claramente os meus propósitos e condições. O Seth achou que acharíeis esta declaração direta ainda mais informativa do que a descrição indireta dele.

Preciso da vossa cooperação agora, já que os métodos que escolhi saíram tão mal. Aparentemente devo permitir-vos mais liberdade, mas têm de usar a liberdade para fazer o que quero que façam.

(“Bem, estamos perfeitamente dispostos a fazê-lo.”

(A parte da Jane que falava não deu sinal de ter ouvido a minha voz.)

Estou cansada. Fiz o meu melhor. Preciso do vosso entendimento e cooperação agora. Trabalhei longa e arduamente por vós; embora pareça que fui tirana, sempre tentei ser serva das vossas próprias capacidades.

(“Compreendo.”)

Estou consternada. Não achei que o Ruburt trabalhasse a não ser acorrentado à cadeia, por isso acorrentei-o, tanto para fazer o próprio trabalho como para te forçar a fazer o teu. Depois ambos lutaram contra mim. Ele não gostou de trabalhar acorrentado e tentei fazer com que as correntes parecessem o mais naturais possível. Ele não está fisicamente lesado em grande medida *(uma das perguntas que eu queria discutir esta noite, embora nunca a tenha mencionado à Jane)*, nem mutilado. Posso dizer, porém, que por um tempo não me importava que estivesse, se esses propósitos fossem cumpridos. Vejo agora que não seriam; que, em vez disso, todo o vosso tempo seria gasto a concentrar-se na condição que era suposta ser uma proteção, até que nenhum trabalho fosse feito — daí a minha consternação. Não fui apreciada, apesar de ter feito o melhor por vós.

(“Acho que apreciamos a intenção. É da nossa natureza sermos criadores, mas por fim tivemos grande dificuldade em criar nas condições mencionadas. A situação tornou-se pessoalmente derrotista.”

(Às 22h14 a Jane sentou-se de olhos fechados, sem dar sinal de que eu tinha sido ouvido.)

Suponho que terão de ficar por vossa conta agora. Fiz tudo o que pude *(a chorar)* e tenho...

A Jane desatou a chorar agora. Segurei-a na cadeira enquanto chorava. Eu também tive vontade de chorar. A parte da sua personalidade que falara soava magoada e vencida, em retirada. Não estou aqui a tentar julgar essa parte — doravante chamada “ela”, por conveniência — nem a dizer que vai desaparecer para sempre, ou largar a sua influência de um dia para o outro. Veremos.

A Jane tentou dizer mais. Falei com ela, oferecendo garantias, dizendo que não exigíamos que nos deixasse, mas apenas que compreendesse a nossa necessidade de liberdade. A liberdade física simbolizava liberdade criativa, disse. Para nós, liberdade de movimento significava liberdade criativa. Ela concordou, enquanto a Jane chorava. Ficou muito relaxada na cadeira, de tal forma que tive de a segurar direita.

(Pelas 22h25 as lágrimas pareciam ter passado. A Jane estava tão lânguida e relaxada, disse-lhe, que parecia ter largado uma tonelada de peso. O gato preto manco com quem fizemos amizade aqui miou à nossa porta, por isso deixei-o entrar e dei-lhe de comer. Dividimos uma cerveja. Levei o copo aos lábios da Jane porque disse que estava demasiado relaxada para o segurar. Enquanto eu escrevia estas notas, ela ficou meio deitada na própria cadeira, com a cabeça no meu colo — posição que não tomava há anos. Bocejou repetidamente. Não queria deitar-se na cama.

(Eu esperava que a parte da sua consciência que nos contactara agora a deixasse ter a sua liberdade. Certamente o seu estado no momento era um bom sinal. Muitos.

(A Jane disse que estava num estado alterado de consciência enquanto transmitia o material, mas que estava consciente do que dizia enquanto o dizia. “Senti aquele ‘Está bem, eu vou’ muito triste, no fim”, disse. Tinha acabado confusa quanto ao que fazer, mas achei que a poderíamos ajudar a compreender à medida que os dias passassem. Achei que ela estava a conseguir, ou a tentar, uma integração de impulsos que pode ser muito importante. Esperei que as motivações por detrás dela viessem juntar-se à sua consciência habitual.

(Enquanto falávamos às 22h45, quase voltou. A Jane disse que recebeu, várias vezes, “e tudo isso para nada”, por isso repeti as nossas ideias. Fiz questão de reiterar as minhas afirmações de que a liberdade é absolutamente necessária para nós, para criarmos, e que pedíamos a sua ajuda e assistência com esses limites ou objetivos em mente. “Mas ficarei igualmente contente”, disse a Jane, “se ela for embora de todo.” A única preocupação que eu tinha a este respeito era que representava impulsos criativos, embora de forma distorcida. Queria que os impulsos permanecessem connosco para nosso uso, sem limitações, por isso não tinha a certeza se devia ser descartada completamente.

(“Deve ter havido uma carga fantástica por detrás dela”, disse a Jane entre bocejos. “Por uns momentos estive leve como o ar. Já agora, ao sair disso, estou a perguntar-me: estou bem agora, estou livre? Como estarão os meus joelhos quando tentar levantar-me?”, etc.

(22h55. “Nem sei se devo sequer pensar nisso”, disse, ainda a bocejar, “mas acho que o relaxamento chegou até mais ou menos aqui”, e tocou nas pernas acima dos joelhos. Relaxamentos anteriores, incluindo um de ontem, paravam na cintura. “Não percebo”, disse. “Parece que estou a ter outro depois de sair do primeiro transe... A voltar a entrar....” Não aconteceu, porém. Ajudei-a a ir à casa de banho. Depois disse-me que os joelhos lhe pareciam melhores do que há algum tempo.

(Mais tarde, no dia seguinte, enquanto escrevo estas notas, disse-me que os joelhos estão “a funcionar, a dobrar um pouco”, como não vinham fazendo. Tinha andado de pernas rígidas.)

SESSÃO APAGADA

21 DE FEVEREIRO DE 1972

(Esta sessão é uma continuação das de 16 e 19 de Fevereiro. A voz da Jane era muito calma.)

Bem — vós vedes como posso falar suavemente.

(“Sim.”)

Mais uma vez, permitam-me que comece à minha maneira.

Pessoalmente, há já algum tempo que estais gravemente perturbados por causa do vosso trabalho. Tentastes afastar o descontentamento, na esperança de poderdes prosseguir-lo para fins práticos benéficos. Estáveis, em certa medida, a invadir uma parte do vosso ser, por quaisquer razões.

O descontentamento básico coloriu as vossas outras atitudes, tanto em relação ao ambiente, ao próprio trabalho como a outras pessoas.

(Muito bom.)

Tornou-se relativamente agora – um descontentamento deslocado. Sentistes que não havia nada que pudésseis fazer sobre a situação, que não havia motivo para se preocupar com isso, mas a ansiedade foi deslocada então, drenando as vossas energias.

Agora, estamos a falar comparativamente aqui agora, vós entendeis.

(“Sim.”)

Quando começares a dedicar o teu tempo à tua pintura, estarás a satisfazer uma profunda necessidade do teu ser e, portanto, serás energizado. Sentirás pessoalmente que estás a resolver problemas que deves resolver, problemas que, no entanto, são desafios criados e que têm a

ver com a natureza da pintura – problemas e desafios que consideras bastante válidos.

Isso dar-te-á uma atitude muito mais otimista em geral. As personalidades são tão diversas e únicas quanto flores ou peixes. Não há necessidade de comparar um tipo de personalidade com outro, tal como não faria sentido comparar um sapo a um pássaro, ou uma formiga a um elefante.

No entanto, ajuda se compreenderes que os pássaros devem voar, se és um pássaro. Ajuda, por exemplo, se os elefantes não tentarem construir formigueiros. Portanto, não há necessidade de comparar personalidades de forma julgadora, apenas conhecer as suas próprias.

As energias da Jane serão libertadas da mesma forma. Estou certo de que apreciastes o encontro que teve lugar na outra noite, sob os meus auspícios. (*A 19 de Fevereiro.*)

O que foi dito deve mostrar que a condição da Jane também se tornou o foco dos vossos descontentamentos combinados, a sua imagem física. A energia para mantê-lo, quase (*sublinhada*) em proporção direta aos vossos descontentamentos combinados, era composta pela energia deslocada não colocada nos vossos propósitos principais.

Isto é difícil de verbalizar com precisão:

("Eu entendo." Pensei que o Seth estava a ir muito bem.)

— acumulada por problemas não resolvidos.

Uma concentração no vosso trabalho individual e combinado, nos vossos planos práticos nessa direção, promoverá um entusiasmo que não sentíeis, conjunta ou individualmente, há anos. Saberão que estão no caminho certo.

(De forma bastante bem-humorada, a voz do Seth irrompeu alta e forte, para se elevar acima do rugido e do grito de um carro próximo a arrancar em altas rotações. A voz então acalmou-se imediatamente enquanto o carro rugia.)

Os sintomas, portanto, serão libertados à medida que essa energia ou concentração for colocada de volta onde pertence: em ações criativas e práticas.

Sentiste que também não podias mover-te, e isso antes mesmo dos sintomas da Jane começarem. Sentiste-o psicologicamente; tu segues-me?

("Sim.")

O vosso debate desta noite foi benéfico e mostrou um ponto em curso em ambas as partes.

Anteriormente, a Jane teria ficado alarmado e assustado, sentindo que estavas a ser negativo e desanimado em qualquer encontro verbal e emocional com os sentimentos que expressaste, precisamente porque eles traziam à tona sentimentos dele.

Desta vez, no entanto, ele reconheceu que mais cedo teria cedido e ido para a cama, deixando-te a remoer sozinho nos teus pensamentos.

Os receios comuns relacionados com qualquer discussão deste tipo devem ser discutidos. Só assim são enfrentados, encontrados e postos de lado. Não crescem então em segredo nem recolhem acusações.

Queres descansar?

(10h04. "Não, estou bem no momento.")

A mudança de ambiente foi e é boa para ambos de maneiras que talvez ainda não compreendais totalmente. Alguns vislumbrais.

É obviamente bom para vós olhar para o mundo simplesmente de um ponto de vista diferente.

É particularmente bom que vejais a situação aqui na Florida, no local, para que vos sintais livres para fazer escolhas – uma Florida real, não uma Florida fantasiosa.

A vossa viagem também permitirá que percebais o vosso ambiente de Elmira (*Nova Iorque*) quando regressardes, com uma luz mais fresca, e as vossas circunstâncias lá.

Um ponto, se não quereis uma pausa agora: a concentração não deve ser nos sintomas da Jane. (*Sublinhe muitas vezes.*)

Um ponto agora que quero que presteis atenção antecipadamente: no passado, por causa de atitudes negativas conjuntas (dei as razões para algumas delas), as melhorias na condição da Jane foram amplamente ignoradas (*sublinhadas*) por ambos, e, em vez disso, a concentração foi sobre os sintomas que ainda permaneciam.

Depois das primeiras lutas más, por exemplo, quando ele melhorou o suficiente para subir e descer escadas sem sequer coxear, quando foi ágil o suficiente pelo menos para percorrer algumas pedras no Glen (*Enfield, perto de Ithaca, NY*), para nadar depois de estar em grande parte incapacitado, ambos agiram como se as melhorias não significassem nada, descontando-as amplamente e concentrando-se naqueles sintomas que, de facto, ainda permaneciam.

Não estou a dizer que ele estivesse completamente recuperado naquela altura, mas as melhorias superaram em muito os sintomas.

Não permitam que isso volte a acontecer.

Esse foi o resultado de desvalorizar as melhorias à medida que surgiam, e isso aplica-se a ambos. Agora vou dar-te uma pausa e continuar. Agora diz-lhe o que eu disse mais tarde.

("Está bem.")

Optastes por fazer o que fizestes, individualmente e em conjunto. Em termos restritos, pode dizer-se que ambos cometeram um erro. Em termos mais gerais, não foi cometido qualquer erro. Estais simplesmente a lidar com uma área de atividade em que termos como "erro" parecem válidos. Estás a entender-me?

("Estou.")

Na prática, enquanto tiveste qualquer tipo de emprego, estiveste mal à vontade e desequilibrado. Comparaste a tua sorte com a de outros que também tinham emprego. Houve apenas uma diferença de grau.

A tua própria atitude foi parcialmente definida pelo senso inato e bastante forte de independência do teu pai. Ele odiava trabalhar para qualquer outra pessoa. O mesmo se aplica ao passado da Jane, principalmente com o avô. Sentir-te-ias mais livre se tivesses tentado ser freelancer; para o freelancing, embora tivesse produzido um longo alcance, os teus próprios problemas teriam permitido uma maior sensação de liberdade.

Aqui foste influenciado, onde a Jane não foi, a procurar um emprego por causa das ideias de segurança vindas da tua mãe e, apesar das tuas avaliações conscientes, das atividades dos teus irmãos. Ter um emprego fazia sentido para ti, portanto, por essas razões, mais do que para a Jane, que não tinha tais influências contrárias.

Agora dá-me um momento.

(Pausa às 10:27)

Todo o ambiente relativo à casa dos teus irmãos e as implicações sempre perturbaram a Jane, pois ele sentia essa influência.

Quero que antecipes então essa onda de energia que certamente sentirás. Os problemas que te afligiam eram tão agravantes precisamente porque, de certa forma, não eram o teu conjunto natural de problemas. Tu tens sempre a energia e os meios para atender às necessidades mais profundas da tua própria personalidade, mas não para satisfazer as necessidades de outros tipos de personalidades.

(Muito bom.)

Agora, vou dizer-te outra coisa. Sentiste que devias à tua mãe tentar um tipo seguro de acordo financeiro, na medida em que fosses pessoalmente capaz de o fazer. Percebeste que um emprego a tempo inteiro estava fora de questão. Lembra-te, pelo menos, de que não caíste nessa armadilha e que ambos tivestes bom senso suficiente para a evitar.

O tipo (*sublinhado*) de arte comercial que fazias quando jovem não era a resposta, mas serviu muitos propósitos. Deu-te prestígio e dinheiro. Deu-te prática, mas para além do ponto em que a perseguiste, poderia ter congelado as tuas capacidades. O prestígio e o dinheiro, ligados às esperanças da tua mãe, poderiam ter-te levado a outros canais de arte comercial que te teriam desviado completamente no que diz respeito à arte.

Para ti, um emprego a tempo parcial ajudava a compensar. Temias perder estatuto aos olhos da tua família ao lançares-te completamente em áreas estranhas para eles. Também sentiste que isso te igualaria, aos olhos do pai da tua mãe, ao teu pai. Ela, a tua mãe, seguia a corrente principal. O

teu pai, não. Não querias magoar os sentimentos dela, particularmente no início.

A tua mãe pensou na Jane como uma ameaça, pois reconheceu imediatamente que a Jane não iria acarinhar as tendências que ela própria respeitava.

Tudo isto te digo porque deve ajudar a esclarecer algumas das razões para as vossas ações. Para além da "inclinação natural" (*entre aspas*) característica da Jane em relação às famílias naquela época, havia o argumento dos "outsiders", e tu eras muitas vezes colocado no meio.

A tua família, para a Jane, era uma representação da sociedade tentando obrigá-lo a alinhar, e as suas reações eram muitas vezes exageradas. Como sabes, espontaneamente a Jane declarava a sua posição à tua família como uma declaração simbólica para o mundo por esses motivos.

O que fazes a esse respeito não é tão importante quanto a compreensão das vossas atitudes. O "problema" básico (*entre aspas*) acabou por arrefecer, passando à clandestinidade no passado. Obviamente, nasceu das vossas naturezas criativas básicas – um desafio e não um problema –, mas que estava entrelaçado com todo o tipo de conotações sociais, económicas e familiares.

Finalmente, o vosso modo de vida tornou-se, não um símbolo do que sois, como foi por um tempo, mas mais amplamente um símbolo daquilo que não queríeis ser, juntos.

A Jane não teve, novamente, aquelas influências a trabalhar nele que trabalharam em ti para prolongar a situação. Os sinais de perigo apenas se manifestaram claramente em ti assim que aceitaste trabalhar em tempo integral. Tornaram-se insuportáveis, e tu alteraste o curso rapidamente. No entanto, o trabalho a tempo parcial preenchia algumas das necessidades subsidiárias mencionadas, pelo que o achaste mais suportável.

A Jane também sabia disso, e soube-o pela tua história sobre o amigo de cabelo encaracolado na outra noite (*no bar Hurricane, divertido*), e ele reagiu veementemente, particularmente contra os seus próprios pais.

Ajudar a sustentar a tua mãe, particularmente no início, sob a situação como ele a sentia e com todos os seus sentimentos anti-mãe, foi o maior dos ultrajes. Esta é outra razão para as tuas ações nas visitas de domingo.

Espero que isto ajude ambos a entender.

Podes fazer uma pausa ou eu continuo.

("Vamos fazer a pausa.")

(10:51. O transe da Jane tinha sido profundo, com um ritmo rápido. 11:01.)

Agora vamos encerrar em breve. Quero, no entanto, recordar-vos que me esforcei muito por vos dar algumas das razões importantes pelas quais ambos tendes uma tendência forte para a repressão: porque a Jane começou

por reprimir ideias desagradáveis e porque tu começaste por reprimir ideias esperançosas.

("Sim. Eu sei disso." Este material está em casa e será revisto quando lá chegarmos.)

Agora, se compreenderes as razões e fizeres o que sugeri, então estarás envolvido com as questões reais, e não apenas (*sublinhadas*) superficiais – como, por exemplo, porque é que a Jane tem problemas para descer o degrau.

("Sim." Esta tinha sido uma pergunta que mencionei para esta noite.)

Isso torna-se apenas mais um símbolo da dificuldade interior. Não te concentres nisso.

("Acho que não estamos, agora.")

Parte da dificuldade é que ele se tornou um símbolo das deficiências da Jane neste momento. Em casa, as escadas são os símbolos. Depois de trabalhar um dia, a Jane espera resultados imediatos. Agora, houve resultados. À medida que começares a fazer os teus próprios planos de trabalho, e a trabalhar, isso também gerará resultados.

Lembra-te do encontro (*de 19 de Fevereiro*) — foi com uma parte das vossas duas personalidades, não apenas a da Jane.

Sugiro que faças alguns esboços agora. À medida que progrides, as nossas sessões também poderão ser libertadas para outros empreendimentos. À medida que o fluxo natural das tuas energias regressa ao teu trabalho, também será libertada maior energia nas sessões.

A parte das sessões nas vossas vidas, tal como aplicadas à vossa existência em Elmira até agora, será abordada noutro momento. Obviamente, há uma conexão, tu vês.

E agora — ofereço-te uma boa noite afetuosa.

("Boa noite, Seth. Muito obrigado. Boa noite.")

Eu poderia passar muito mais forte, mas não quero assustar os nativos.

("Eu entendo. É apreciado.")

(11:13. Mais uma vez, o transe da Jane tinha sido profundo. Ela não se lembrava de nada do material. Tínhamos acabado de começar a discutir quando o Seth voltou brevemente.)

Lembra-me, na nossa próxima sessão, de dizer algo sobre espontaneidade e agendamento, tal como aplicado às vossas vidas diárias. A Jane não gosta de agendamentos vindos de fora, aplicados externamente, em outras palavras. E tu também não.

("Tudo bem.")

SESSÃO APAGADA

24 DE FEVEREIRO DE 1972

(Eliminada. 24 de fevereiro de 1972, Marathon, Flórida. 20h50, quinta-feira.

(Esta tarde escrevi uma declaração de três páginas à Jane. Baseava-se nas três sessões anteriores realizadas aqui e nos pensamentos que delas me foram surgindo. Incluí algumas linhas de Sumari no fim; a Jane ainda não as traduziu.

(Às 20h45 usei o pêndulo para aliviar uma dor num dente. Soube que o problema se baseava no meu receio de que a Jane não aceitasse, ou não acreditasse, na declaração. A minha ação levou a Jane a falar-me dos dentes e do sinus a incomodá-la antes e durante a nossa viagem para cá, durante cerca de três semanas. Disse-lhe que fiquei pasmado por ela deixar algo assim arrastar-se tanto tempo antes de tentar saber as causas, etc. Isto, claro, relacionava-se com as repressões sobre ela de que eu tinha escrito em parte na declaração de hoje.

(Esta noite sentámo-nos à espera de uma sessão, ou do que quer que viesse a desenvolver-se. A Jane ouviu a voz depreciativa e mordaz da mãe, citou-a para mim e disse que se sentia bastante inquieta. Sentia como se “partes diferentes de mim estivessem à procura da melhor maneira de dar o material esta noite — o Seth, ou alguma outra parte de mim, fosse o que fosse que decidíssemos. Até me ocorreu a ideia: Agora aqui temos a coisa do corpo”, disse.

(A minha face começou a melhorar, embora ainda tivesse um espasmo ocasional. Não achei surpreendente dadas as circunstâncias. Às 20h45 a Jane disse que se sentia a dissociar-se. Disse que provavelmente poderíamos ter uma sessão regular, mas esperou para ver qual seria a melhor forma de proceder. Depois começou a falar às 20h50, com voz muito baixa. Olhos muitas vezes abertos, etc.)

Na outra noite estavam a falar com uma parte da personalidade que se chamou a si própria a criadora. Era, na realidade, um composto do eu criativo e do eu consciencioso.

Eu sou o eu criativo. Vês-me na poesia, nos desenvolvimentos psíquicos e no Sumari, mas fui forçado a seguir certas linhas, como suspeitaste, apesar da minha natureza. Muito mais do que o Ruburt suspeita, desde o início os seus impulsos criativos naturais também foram usados para fins — religiosos, sociais e também como forma de obter aprovação.

Ele sempre precisou de aprovação, desesperadamente. Muitas vezes fui forçado a estruturar o meu trabalho segundo linhas que trouxessem aprovação. (Pausa.) Temia os desenvolvimentos psíquicos, embora fossem

um dos meus empreendimentos mais criativos, porque receava que trouxessem, ao invés, o escárnio.

Por vezes o seu intelecto trabalhou comigo, por vezes não. Sou muito mais resiliente, maleável, flexível e ousado do que outros elementos da sua personalidade, que estão cheios de medo. Algumas das suas atitudes têm a ver com os pais, no sentido em que receia poder tornar-se como o pai — indisciplinado e relaxado, solto e amoral.

O desprezo da mãe dizia-lhe que isso fazia parte de uma herança de “mau sangue”, uma parte inevitável da sua condição. O Ruburt sentia que a mãe só gostava dele por causa da sua escrita. Nos primeiros romances os seus sentimentos reprimidos podiam ser expressos. Eram criativos, mas também válvulas de escape. Fiz deles arte.

Preciso de liberdade e agilidade de pensamento, enquanto ele tende a reprimir-me a menos que eu me conforme com ideias definitivas de bem e de mal. Encontrei então no eu consciencioso um parceiro desconfortável e um entrave crescente.

A repressão, de certo modo, usei-a nos romances, mas quando o hábito fica demasiado entranhado torna-se-me difícil retê-la, transformá-la em arte. Parte do meu material vem das repressões do Ruburt, mas quando o hábito permite uma carga demasiado forte, constantemente reconstruída, isso é um obstáculo.

Frequentemente ajudo, e tenho ajudado, reenergizando-o, como fiz em todos os desenvolvimentos criativos até à data. Mas depois ele tem de pensar: “Isto é bom ou é mau? Estou a ser demasiado livre?” Consigo lidar com as repressões iniciais. O hábito de reprimir perdeu muito da força quando ele te conheceu. A situação da tua doença trouxe-o de volta e, a partir daí, voltou a ganhar terreno.

Sabes que por detrás de tal repressão está o pânico e uma ideia mal orientada de autoproteção. Pensamentos inibidores inevitavelmente inibem o movimento do corpo. Para seu benefício e meu, duas ou três vezes por semana ele deveria sentar-se e escrever os seus sentimentos, como começou a fazer no verão passado. Todo o tipo de repressões virá à superfície.

Tens de compreender que durante quase 20 anos ele viveu num ambiente em que a expressão de discordância trazia retaliação instantânea do tipo mais assustador. Punição direta — puxões de cabelo ou insultos. A humilhação verbal era a mais fácil de suportar, mas a mãe mostrava imediatamente todo o tipo de sintomas extremamente graves, pelos quais o Ruburt era inflexivelmente culpado.

A mãe fingia suicídio só para o punir. Por isso ele sentiu que causara a tua doença, que, de certo modo, estavas a puni-lo pela leviandade que o levava a sugerir que deixasses um meio convencional e os teus pais e fosses com o pai dele para a Florida.

(E claro, isto faz-me pensar que ficarmos aqui no Overseas Motel, em Marathon, foi provavelmente a pior escolha que nós — eu — poderíamos ter feito. O nosso chalé fica a menos de cem metros do local onde acampámos com o pai da Jane no fim da década de 1950. Diria agora, sem confirmar com o Seth, que qualquer ideia de nostalgia que pudéssemos tirar do regresso aqui teria sido melhor ignorada. Não voltaremos aqui. A nossa estadia não tem sido muito agradável por várias razões, incluindo vizinhos barulhentos, etc. Fizemos uma tentativa tímida de sair há uma semana, na viagem a Key West.)

Quando ficaste doente ele pensou: “Ahá, a mãe tinha razão, eu destruo toda a gente a quem toco, e agora pus o meu marido doente.” Há uma grande divisão de energia, como há em todos os criadores, mas no caso dele entre a necessidade de espontaneidade e disciplina, segurança e liberdade, e isto vê-se claramente na condição do corpo neste momento.

(Pensamento adicional quanto às notas acima: suponho que, se tivéssemos canais de comunicação claros entre todas as partes de nós, não teríamos voltado a este local, ou, se o tivéssemos feito, não haveria cargas envolvidas. Entrei aqui depois de passarmos pelo sítio; era o fim de um dia de condução, eu estava cansado e lembrei-me do lugar. Não tínhamos decidido vir para aqui enquanto estávamos em Elmira, nem a caminho. E se a Jane tivesse tido consciência de quaisquer influências negativas aqui, caso existam, teria proibido o nosso regresso... Talvez a nossa estadia aqui tenha conduzido, porém, a esta série de sessões tão importante; estamos a aprender muito com elas.)

Quase sem querer, por causa da tua própria natureza, inclinaste o equilíbrio por algum tempo. Ele apanhou as tuas ideias de disciplina no início e depois agarrou-se a elas à sua maneira. Sentiu que não confiavas no seu juízo, lembrando aquilo que considerava pontos-chave da tua vida em que o seu juízo parecia errado ou foi criticado.

Estes episódios aparentemente pequenos foram, no entanto, importantes. Porque no início enfatizaste a disciplina, ele sentiu que não o consideravas capaz de a exercer por si; que, embora fosses atraído pela sua espontaneidade, tinhas medo dela e da sua energia. Sentiu que acreditavas que, se tivesse mão livre, os seus hábitos seriam demasiado exuberantes. Teria, ou manteria, horários estranhos, sem rotina, seria desleixado.

Durante algum tempo sentiu que te fascinavam as partes espontâneas da sua personalidade, desde que pudessem ser controladas, mantidas corretas e no seu lugar. Isto tinha a ver também com o fazer amor. Tentou então, por lealdade para contigo, temperar as percentagens para ser mais de um lado do que do outro. Tiveste esse efeito porque o idealizaste em tal grau. Não foi uma falha tua.

Quando adoeceste, então, o estado repressivo reafirmou-se. Segues-me aqui: por causa da situação com a mãe, não era seguro falar de doença, de todo. Ele não podia suportar ser responsável pela tua condição.

A partir daí temeu profundamente que qualquer comentário adverso seu, ou observações negativas, te piorassem. A tua doença assustou-o mais do que qualquer outra coisa desde a vida com a mãe, porque não podia permitir que tu, de todas as pessoas, estivesses doente por causa dele, como expliquei.

Daquele ponto em diante guardou para si quaisquer pensamentos negativos ou críticas e, durante esse tempo, temeu que quase deixasses de gostar dele completamente. Os hábitos de repressão criaram raízes profundas. Em vez de te magoar, meter-se-ia a si mesmo no jugo. Uma vez iniciado, esses sentimentos atraíram outros do passado, de modo que eu fiquei consternado e, por fim, com grande dificuldade.

Sentiu que o seu sucesso te colocava sob má luz aos olhos da tua mãe e da sociedade. Um artista empobrecido como marido ele podia assumir com grande orgulho. Assim que o emprego a tempo parcial continuou e continuou, no entanto, assim que tinhas um emprego de forma constante, então ele sentiu que os outros te comparavam, não com outros artistas, mas com outros homens comuns que tinham emprego. E aí, nessas condições, ficavas em má posição.

Considerou estes sentimentos extremamente desleais. Sentiu que a tua mãe o acusava silenciosamente de te pôr sob má luz sempre que ele tinha sucesso. Queria que afirmasses a tua posição e dissesses “Sou um artista” a ela e ao mundo, mas receava profundamente que considerasses essa atitude irresponsável, frívola, não prática; e, pior, que sentisses que ela negava o sacrifício que fizeste ao manteres o emprego tanto tempo.

(Não é assim, etc.)

Por todas estas razões os hábitos de repressão continuaram, pois qualquer comentário crítico podia desencadear toda a saraivada. A mais pequena observação tua com a qual ele não concordasse era símbolo desses sentimentos internos mais profundos. Não ousava criticar-te por nada, nem sequer discordar numa conversa normal, tal era a carga.

Tu próprio também não te comunicavas muito bem. Por causa das suas capacidades, ele captava demasiado claramente os teus sentimentos, mas, por causa dos seus medos, captava os teus sentimentos negativos. Tinha receio de que, afinal, não fosses um artista. Sabia que não eras um “pintor de domingo”, mas sentia que estavas muito reprimido no teu trabalho e que qualquer avanço só poderia vir quando te focasses nele, no teu trabalho, independentemente de outras consequências.

Interpretou o que dizias, por vezes, como significando “És ingrato pelo meu sacrifício”, mas não achava esse sacrifício necessário nesses

termos depois dos primeiros anos, e que tal sacrifício poderia destruir a tua capacidade, o teu belo propósito.

Por isso não discutia contigo quaisquer questões relativas aos seus próprios desânimos ou medos quando aconteciam. Sentia-se culpado o suficiente por tu estares a trabalhar. Não queria pôr-te fardos extra, mas acabou por ressentir tudo o que era proporcionado por um emprego.

Embora tenhas deixado o emprego, o hábito de repressão ainda é forte. Sei que isto é um fardo para ti, mas é importante que ambos compreendam a repressão. De certas maneiras ele tomou más decisões — por exemplo, ao lidar com editores. Parte disto foi causada por essa necessidade de aprovação.

Interpretou também, porém, os teus comentários como indícios de que, deixado por conta própria, não se comportaria com competência, de que não seria capaz de lidar, de que não seria capaz de aprender pela experiência a lidar com editores, por exemplo.

Durante muitos anos, pelo menos sete, tem estado profundamente preocupado com o teu trabalho, com um elemento repressivo nele, e com a liberdade psíquica que sentia que precisavas de libertar. Por causa da diferença de idades ficou muito preocupado. As tuas melhores energias, sentia ele, estavam a ir para o teu trabalho, no emprego, não para a pintura, e o próprio foco dividia-te. Achou desleal reconhecer o elemento repressivo no teu trabalho e tentou fingir que não o via.

A Jane e eu vamos discutir esse elemento no meu trabalho. Estou curioso por saber o que ela sabe acerca dele. Preciso de toda a ajuda que conseguir, etc.

Uma das melhores influências sobre ele são as poucas páginas num livro de um psicólogo sobre a personalidade criativa. Ele sabe quais são.

(The Essence Of Being, de Abraham Maslow.)

Libertam-no em grande medida, mas no passado havia um carregar a seguir, uma renovação de repressões, se ficasse assustado caso a espontaneidade funcionasse.

Com a tua ajuda ele pode evitar a segunda reação. Sabes o que quero dizer.

(“Sei, mas tenho de saber quando está a acontecer.” Querendo dizer que a Jane terá de mo dizer.)

As passagens permitem-lhe dar-me liberdade e também libertar o mecanismo físico até um grau notável. Se não reprimir quaisquer medos após a libertação, então as melhorias continuarão. Ele não percebia isto, por isso a informação acima será de grande ajuda.

Sou um aliado porque posso ajudar a exprimir essas repressões. Tenho energia para o fazer criativamente se não for travado. Leiam isto em conjunto com a outra declaração. Estão no caminho certo. Uma vez que a repressão seja realmente encarada como problema, pode ser superada,

porque todas as porções da personalidade do Ruburt agora reconhecem o perigo envolvido e sabem que o padrão tem de ser quebrado.

É bem possível que haja descargas emocionais. Não as temam. Elas limparão o ar.

(A Jane começou lentamente a sair disso. Os olhos pesados, fechando-se com frequência. O seu ritmo foi geralmente rápido e não fez pausas. “Sinto-me mesmo esquisita”, disse por fim. “Intelectualmente uma parte de mim está consternada, mas sinto-me triunfante também porque abri um canal limpo por aqui” — indicou o estômago, o peito e a garganta — “e deitei cá para fora o material. Mas sinto-me mesmo estranha. Uma parte de mim tem vontade de ficar doente e a outra de me deitar.”)

(A Jane recebeu mais duas pontas enquanto falávamos: o eu criativo teve de se desenvencilhar do eu consciencioso para pôr cá fora este material; e tinha sentimentos ambíguos acerca dos seus livros porque sentia que me punham sob má luz. Depois o eu criativo voltou às 9:50:)

Parte disso foi porque o Ruburt era sensível aos teus próprios sentimentos ou medos negativos e apanhava-os. No fundo confiava tanto em ti como no teu trabalho, como eu tenho confiado. A condição física também foi pensada como um sinal, dizendo “Olha o que está a acontecer.” O corpo a tentar falar, onde ele não falava.

Serviu a esse propósito e, como mencionado noutro lugar, serviu de declaração simbólica ao pôr-te a ti à frente dele. Costumavas dizer, criticamente, que ele não esperava que lhe abrisses portas e corria à tua frente na rua. Ele tomou isso como uma afirmação de que estava a correr à tua frente — e abrandou.

O próprio facto de tudo isto vir agora a público é da maior vantagem; embora já tenha sido mencionado antes, os enleios peculiares não tinham sido descritos tão bem nem tão adequadamente. Por favor, lê isto com atenção. Não precisas de recear que tenhas de vigiar cada palavra e assim por diante, desde que a comunicação nos dois sentidos seja mantida. O teu próprio hábito de repressão no passado ajudou a reforçar o do Ruburt, por isso uma maior comunicação ajuda ambos.

Nada do que possas dizer, verbalmente, pode ser tão severo como o Ruburt por vezes imagina a tua reação a ele, por isso não sintas que tens de permanecer em silêncio sobre quaisquer questões. Isso só agrava a questão.

A Jane saiu mais depressa desta vez, etc.

(Enquanto dactilografava este material a 25 de fevereiro, a Jane obteve a tradução do Sumari que lhe escrevi no fim da declaração de 24 de fevereiro. Tanto a declaração como a tradução, que considero excelente, estão incluídas com esta sessão.)

(Suponho que a declaração teve um papel em trazer esta sessão, já que colocava questões tratadas na sessão. Penso, contudo, que esta parte da personalidade da Jane teria falado também, pois o eu consciencioso

teve a sua vez a 17 de fevereiro. Agora que os eus consciencioso e criativo falaram, provavelmente o Seth falará a seguir.

(A sugestão da Jane de que pode saber conscientemente o que quer que precise de saber é boa. Tem-na usado antes de dormir há duas noites. Na noite passada, após a sugestão, recebeu uma boa percepção e conseguiu examiná-la em vez de a reprimir. E de novo esta manhã.

(Agora a minha declaração, Sumari, etc.:

(24 de fevereiro de 1972. Pensamentos após as 3 sessões aqui em Marathon, de 16, 19 e 21 de fevereiro: finalmente caiu-me a ficha — finalmente juntei o material das sessões e percebi que uma qualidade mais básica por detrás dos sintomas da Jane é a repressão. A tarefa então é aprender o que a causa. Uma boa pergunta seria: “De que tenho tanto medo?” Isto está muito simplificado, claro.

(Esta manhã a Jane ficou bastante zangada com o seu eu consciencioso e criativo. Depois da sessão reveladora de 19 de fevereiro, esperava melhorias mais dramáticas. Esta manhã deu por si a rebelar-se contra o que considerava serem as táticas dominadoras do eu consciencioso — trabalho antes de qualquer outra coisa —, etc.

(Ao meio-dia tive a percepção de que o eu consciencioso, ou “ele”, era tão tirânico porque está a ser constantemente alimentado com material carregado, medos, que são continuamente reprimidos. Estes vêm da sua infância, da educação religiosa, da sua própria natureza moralista e literal forte, além de provavelmente dados reencarnatórios de que sabemos muito pouco. Além de sobre-idealizações sobre mim e o meu trabalho, etc.)

(A tirania resulta de «ele» não poder exprimir-se pelas vias habituais, pensei. A Jane é perfeitamente capaz de cumprir uma quota diária de trabalho sem supervisão, como qualquer outra pessoa, e de fazer todas as outras coisas normais que as pessoas fazem, como tirar férias, etc. Se todas as partes do seu ser tiverem expressão, disse eu, não haverá reações extremas, como nos sintomas. Portanto, temos de descobrir o que está a ser contido, o que é aparentemente tão aterrador que não ousa ser enfrentado.)

(Um pequeno incidente para ilustrar: Ontem de manhã, às 8h, o inquilino do estúdio ao lado pôs o rádio muito alto, do lado de fora da nossa janela, durante mais de uma hora. Ficámos os dois zangados e com vontade de gritar, etc. Mais tarde, nessa manhã, pedi ao homem e à mulher que não fizessem isso. Concordaram. [Esta manhã dormimos sem perturbações.] Mas quando entrei depois de falar com eles, a Jane disse: «Eu não me atreveria a fazer isso.» Ao mesmo tempo estava a sorrir e muito satisfeita por eu ter falado. [De qualquer modo, eu tinha decidido intervir independentemente das consequências.]

(Tomei a reação dela como prova da sua confiança na minha liderança neste caso. Noutras situações, disse-lhe hoje ao meio-dia, creio

que ela perdeu a confiança na minha liderança, como ficou tão bem detalhado nas três sessões realizadas aqui. Isto despertaria todo o tipo de sentimentos de pânico, já que ela não se atreveria a falar — e assim ela, e «ele», sentiriam que tinham de fornecer diretrizes fortes para sua própria proteção — mantê-la a escrever em vez de aceitar empregos, etc. Daí resultaram os sintomas. Tudo isto, até muito recentemente, em níveis inconscientes.)

(De ontem à noite saímos para dar um passeio: a Jane disse que ficou desiludida com a minha reação à sua capacidade de andar um pouco melhor e, por isso, sentiu-se pior quando foi para a cama. Respondi que preferia que ela não ligasse o seu estado físico à minha reação.)

(Os dois exemplos citados representam, na verdade, boas melhorias por parte da Jane, no sentido em que ela me permitiu perceber o que estava envolvido. Penso que as repressões contínuas ao longo dos anos fizeram o «eu consciencioso» crescer desproporcionadamente. Penso também que o eu consciencioso — ou «ele» — fez um avanço criativo a 19 de fevereiro, quando afirmou que as suas táticas estavam a provocar precisamente aquilo que não queria — a incapacidade da Jane de trabalhar em liberdade. O meu pensamento, neste momento, é que maior expressão por parte da Jane libertará o eu consciencioso para desempenhar o seu papel equilibrado e, na verdade, para recuar ao fazê-lo.)

(Disse à Jane que, se ele não for alimentado com uma dieta constante de material reprimido — que pode nem sequer querer —, o eu consciencioso ou criativo é perfeitamente capaz de fazer o seu trabalho sem excessos. Não haverá medos de sexualidade desenfreada, de não trabalhar criativamente, de uma sobre-idealização de mim ou do meu trabalho, etc. Todas estas ideias, sinto, crescem evidentemente de medos reprimidos e não expressos que se acumularam ao longo dos anos e foram assumidos, ou despejados, sobre o eu consciencioso e/ou criativo.

(Disse hoje à Jane que, quando um medo é expresso, ocupa o seu lugar natural no esquema das coisas e deixa de crescer sem ser visto. A Jane disse inicialmente, durante a nossa conversa, que devia odiar muitas coisas — mas parece que o ódio seria apenas uma máscara do medo — daí a sugestão de que, em vez de se perguntar o que odeia, uma questão mais básica é: «Do que tenho medo?»)

(Hoje a Jane recuperou o que é evidentemente uma excelente sugestão — no sentido de que «Tudo o que eu precisar de saber surgirá à minha consciência.» Usou esta sugestão quando se deitou para uma sesta. Está a dormir enquanto escrevo estas notas, às 14h20.)

(Esta manhã, quando expressou ressentimento em relação ao seu eu consciencioso ou criativo, a Jane disse que, neste caso, demorou vários dias a zangar-se — depois da sessão de 19 de fevereiro, quando o eu

criativo falou. Esta reação atrasada pode ser, em parte, a sua forma muito cautelosa de permitir que uma reação adversa venha à superfície, e pode também refletir simplesmente a sua natureza.)

(O meu pensamento, neste momento, é que, quando nos permitimos expressão livremente — por mais doloroso que isso por vezes seja — e vivemos de acordo com as nossas naturezas e capacidades, alcançaremos aquele equilíbrio necessário e vital que automaticamente redundará em trabalho criativo, saúde, o sucesso material que necessitemos, etc.)

(Para mim, a capacidade criativa da Jane de traduzir o meu Sumari para inglês, como fez na manhã de sexta-feira, 25 de fevereiro de 1972, foi de facto mágica.)

*I epa togen re peta upialingor
qua so ne togenir raw personigenter
so ne a peco geni literop
to be so ger nat rupor portille per zuggerli graw upi shaperto
Rob*

*Somos duas andorinhas
Sobre as massas de terra
Ainda assim, a terra e a água
Impulsionam as nossas asas.
Os nossos pensamentos e o nosso sentir
Fluem através de nós e encham-nos.
Cavalgamo-los,
Sustentados pelo seu impulso.
Quem duvida deste poder
Duvida de asas, terra e água
E não pode voar nem repousar.
Jane*

(Depois ela escreveu: Sinto que tenho estado tão assustada com os meus pensamentos e sentimentos pessoais — achava que eram tão maus — que não me conheço a mim mesma. Convido-me agora a estar ciente deles, de todos eles, normalmente; a ficar surpreendida com o seu poder, beleza e variedade. Nem todos são negativos. E mesmo esses têm um poder que é bom quando libertado. Pode ser um novo tipo de alegria criativa — uma descoberta que me libertará verdadeiramente a nível criativo, psicológico e físico. Tive medo de me conhecer, desconfiei e, por isso, nunca permiti a mim mesma ver quão boa eu sou.)

SESSÃO APAGADA

26 DE FEVEREIRO DE 1972

(Suprimida. 26 de fevereiro de 1972, Marathon, Florida. 21h59, sábado. (Devíamos partir daqui amanhã de manhã; já tínhamos tudo arrumado, etc. O nosso senhorio, Rich Elgersma, visitou-nos esta noite e contou-nos a mim e à Jane acerca de uma caravana e de um lote que ele poderia ter adquirido há pouco tempo por 1.300,00 dólares. A notícia deixou-nos, de algum modo, arrependidos; parecia sugerir respostas para alguns dos nossos próprios problemas relativos a custos de vida, locais, etc. Ambos gostávamos disto aqui. O tempo tem sido realmente encantador.)

(Hoje, nas nossas conversas, a Jane e eu dissemos muitas coisas sobre os nossos objetivos, propósitos, distrações. A Jane falou hoje com várias pessoas aqui que lhe lembraram que há sempre uma necessidade a suprir, independentemente do local, sobre temas como reencarnação, sonhos, etc.; isto também nos fez sentir que poderíamos organizar-nos aqui, em termos de habitação e rendimentos, tão bem como em qualquer outro sítio. Além disso, o meu pêndulo disse-me hoje que os meus sintomas nas mãos derivavam do meu medo do fracasso como artista plástico — nada mais.)

(A Jane sugeriu esta sessão de repente, depois das 21h40 ou por aí; pensei que trataria do que tínhamos falado hoje.)

Ora bem: deem-nos um momento e deixem-me, de novo, começar à minha maneira.

Inconscientemente, sentes que, por seres o filho mais velho, deverias ser o ganha-pão aos olhos da tua mãe; mas ela nunca considerou a pintura, enquanto tal, como financeiramente recompensadora. Ainda não queres magoar os sentimentos dela. Continuas a tentar ser tu mesmo e o eu que pensas que ela quer que sejas, tanto quanto te é possível. Certas concessões, por exemplo, nunca farias, mas isto continua a incomodar-te inconscientemente, quer tenhas consciência disso ou não.

Parte da tua própria energia foi então retida do teu trabalho por essa razão. Muitas vezes dás-te nós, a considerar alternativas, nenhuma das quais é alguma vez tomada. Daí resulta uma sensação contínua de perturbação. Isto é também resultado de verificares as tuas impulsões de tal modo que poucas são levadas a cabo. Como resultado, não se tomam decisões claras e surge a sensação de desequilíbrio.

Quando isto continua, projetas negativamente sobre todas as alternativas, de modo que a mudança te pareça sempre disruptiva e negativa. As possibilidades da sua criatividade são frequentemente esquecidas. Ambos têm comunicado bem os vossos sentimentos

ultimamente. A ideia do Ruburt de procurar ativamente os seus sentimentos habitualmente reprimidos é excelente.

Ele também dá voz, muitas vezes, a alguns dos teus próprios medos. Em conjunto, isto ajuda ambos. Estes sentimentos podem estar carregados porque foram tão reprimidos. Ele está a aprender, agora recentemente, a libertá-los, e o corpo está a começar a largar. Mas não deixem que estes sentimentos reprimidos vos ceguem para as qualidades benéficas da vossa situação neste momento ou para as suas possibilidades criativas.

Ambos tendes uma inclinação para exagerar os vossos problemas e concentrar-vos neles num esforço para os resolver — e, como sabeis, isso não é a resposta. O Ruburt deve escrever num diário pessoal, se preferir, mas escrever os seus sentimentos várias vezes por semana. Meia hora de cada vez é ótimo, além do esforço de expressar quaisquer sentimentos normalmente negativos de imediato.

Libertar o hábito de repressão permitirá por si só que o corpo relaxe e se liberte. Um controlo momento a momento da sua condição não é necessário.

Agora, porque te pareceu durante tanto tempo que não podias mover-te livremente na tua própria vida, que não pintavas a tempo inteiro, ganhaste o hábito de considerar automaticamente toda a mudança como negativa. De qualquer modo, achavas que não a poderias fazer. Reconhecer as suas possibilidades teria sido, portanto, um tormento. Reconhece agora esse elemento e as suas razões.

O esforço despendido em qualquer mudança criativa não seria nada comparado com a sensação constante de mal-estar que pode resultar simplesmente de um medo da mudança. Num medo da mudança há apenas tumulto e nenhuma paz. Como sabes, não serve de nada preocupar-te com o tempo que por vezes podes sentir que foi «desperdiçado» (entre aspas) no passado. Grandes danos podem resultar, no entanto, de projetar tais sentimentos de desperdício de tempo para o futuro.

Não compares a tua posição [conjunta] com a de ninguém. É única. Por isso mesmo, as possibilidades são infinitas. Se ampliases as tuas limitações, crias as tuas próprias prisões. Se desfrutares das liberdades que são tuas agora, aumentá-las-ás automaticamente. Estais numa posição clara neste momento. Não podeis esperar um tempo de bem-aventurança isento de problemas. Essa não é a natureza da vida nem da existência.

O vosso conjunto de problemas é do tipo mais criativo. São problemas dos quais podem emergir grandes potenciais. A vossa energia plena para o trabalho e o vosso impulso criativo estão libertos, e estarão, à medida que usardes e compreenderdes criativamente os vossos problemas — mas sem vos concentrardes neles, sem deixardes que vos fechem os olhos às alegrias e liberdades que tendes. Obtém-se aquilo em que se concentra.

Não há outra regra principal.

Tendes uma relação não só única, vocês os dois, como também uma que serve de trampolim para a criatividade. Tendes talentos e capacidades que trazem consigo satisfações que ambos muitas vezes tomais alegremente por garantidas. São, ainda assim, tão parte da vossa existência que muitas vezes nem deles estais conscientes; a ausência mostrar-vos-ia a relativa escuridão em que vive a maioria das pessoas.

Não estais em necessidade financeira desesperada. Por muitos padrões, até a saúde do Ruburt seria considerada excelente. Uma concentração nas partes saudáveis do seu corpo ajudará a aumentar a sua saúde. É este o ponto que estou a tentar sublinhar aqui. Sede gratos pelo que tendes e isso será aumentado.

Libertar os sentimentos reprimidos também abrirá caminho para uma expressão mais livre de alegria e exuberância; por isso, enquanto os sentimentos reprimidos estão a ser libertos, não vos esqueçais de vos concentrar também nos aspetos positivos. Vocês os dois, quando estão juntos — muitas vezes agora, mas não sempre —, ainda se concentram nos sintomas do Ruburt, de tal modo que parecem obliterar todo o resto. Quando qualquer um de vós se esquece de si próprio no trabalho, na conversa, noutras pessoas, então os sintomas diminuem automaticamente, e de forma considerável. Agora façam uma pausa.

Agora. Várias porções da personalidade já ajudaram na libertação de sentimentos reprimidos; o eu consciencioso, em particular, que era o maior repressor. Em quaisquer casos de grande natureza repressiva, uma parte da personalidade pode atuar sozinha no início, mas mais tarde tem de obter a cooperação das outras porções.

(Isto foi uma questão que discutimos na pausa.)

Qualquer libertação envolve, portanto, todas estas partes cooperantes. Elas seguem o líder, por assim dizer, cada parte reprimindo várias áreas. No que aconteceu nos últimos dias, o eu consciencioso deu o seu consentimento à libertação de vários grupos de pensamento e sentimento que anteriormente mantinha escondidos.

Outras porções seguiram-no, começando a libertar aqueles sentimentos geralmente sob a sua alçada. As implicações sexuais de ontem à noite, geralmente sob várias áreas distintas da personalidade, não poderiam ter chegado à consciência, por exemplo, sem o consentimento do eu consciencioso, que muitas vezes diz: «Sem trabalho, sem sexo.» E muitas vezes diz: «Sem sexo de qualquer modo. Tem de ir para o “bom” trabalho criativo.»

No vosso regresso, espero que concentreis as vossas energias em ambos os vossos trabalhos e, depois, em manter a comunicação. Agora a área sexual pode servir de grande ajuda e será bastante elucidativa. Os sentimentos ambíguos do Ruburt e as várias etapas de repressão veem-se claramente aí. Há momentos em que ele quer chorar e, se se permitir sentir

essas etapas, podereis reconhecê-las e ir além delas. São símbolos, naturalmente, de libertação de vários tipos, e os bloqueios ou pontos de conflito mostrar-se-ão claramente.

O movimento será desobstruído. A combinação de libertação emocional e física será inestimável. Simbolicamente, representa também, claro, a vossa relação. As respostas motoras podem ser desobstruídas dessa forma. Os pontos de inibição, novamente, em tais condições, serão facilmente reconhecidos. Qualquer emoção, nesse momento, deve ser libertada. Irá desobstruir a capacidade motora nesse nível.

A ênfase não deve estar no desempenho mas sim na expressão, e o Ruburt deve ser particularmente encorajado a expressar todos os sentimentos, por mais ambíguos que sejam. Há resultados naturais — ativações de hormonas, bem necessárias — que são libertadas nesses momentos e beneficiam grandemente o sistema. Os sentimentos ambíguos têm de ser expressos. O impulso, quando se manifesta como ontem à noite, é muitas vezes irritante porque os músculos e nervos ligados foram tão contidos; em vez de um fluxo claro de energia sexual, então,

o Ruburt experimentou uma irritação aos solavancos dos músculos e um tinir dos nervos. No entanto, a natureza reprimida fez-se sentir, o que é um avanço claro. A área sexual está carregada para ele por essas razões. Aqui, acima de tudo, ele tem medo de se soltar, e, no entanto, a pressão, claro, acumula-se.

A certa altura, quando a comunicação era fraca, ele tentou usar os seus momentos de ternura como oportunidades para te contar as suas preocupações. Pareceu-lhe então a única altura. Isso desligava-te romanticamente. Quanto menos comunicação aberta tinham, mais ele aproveitava essa oportunidade para falar.

Com todas as suas repressões, o ato de amor tornou-se o momento mais carregado, pois, num momento de fraqueza, temia deixar escapar os seus sentimentos sobre o teu emprego e todo o restante material que veio à luz.

Agora podem fazer uma pausa, terminar a sessão ou continuar na próxima.

(«Fazemos a pausa e deixamo-lo decidir.»)

(23h00. A Jane lembrava-se de alguns dos dados e sabia que estavam carregados — sentia-os. Ambos estávamos a ficar cansados, por isso terminámos a sessão.)

SESSÃO 606
3 DE MARÇO DE 1972

(Esta pequena sessão inesperada foi a primeira da Jane após o nosso regresso a Elmira, NY, vindos de Marathon, FL. Chegámos a casa a 2 de março, cambaleantes depois de cinco dias a conduzir. Continuávamos cansados hoje, mas estávamos a meio da limpeza de ambos os apartamentos antes de voltarmos a assentar para trabalhar.)

(As provas de página de Seth Speaks estavam à nossa espera quando regressámos. Ficámos encantados com elas e já tínhamos começado a lê-las. Enquanto nos sentávamos à mesa de trabalho da Jane a examiná-las, comentei que as notas estavam bem escritas — este era o meu trabalho em particular. A Jane disse que sentia o Seth por perto, por mais cansada que estivesse. Perguntei se ele podia dizer umas palavras; ela disse-me para ir buscar papel e lápis.)

Ora bem, boa noite.

(«Boa noite, Seth.»)

Não vos vou reter—

(«Está bem.»)

Não precisas de apontar tudo isto, apenas os pontos principais se preferires... *(Depois omiti algumas frases.)*

Decerto te ocorreu que tens aptidões para a escrita e, no passado, parecia não haver tempo para as exercitar, desenvolver ou usar. Ora vê como, de forma agradável e fácil, foste conduzido por essas linhas.

(Através da escrita das notas para Seth Speaks, etc.)

(«Creio que pensei nisso.»)

Agora. O esforço conjunto é, claro, importante — e haverá outros esforços conjuntos de vários tipos. Serão altamente criativos e também bastante recompensadores financeiramente.

Apareci-vos apenas brevemente após o vosso regresso. Reparaste, claro, na energia do Ruburt a materializar-se subitamente quando voltou.

(«Sim.» Quando ontem à tarde chegámos a Troy, Pensilvânia, a cerca de vinte e quatro milhas a sul de Elmira, a Jane disse-me que, de repente, se sentia revitalizada.)

A vossa viagem serviu, entre outras coisas, de contraponto necessário. Estando afastado da vida a que estava habituado, ao regressar pôde vê-la mais claramente e apreciá-la pelo que é. Terei mais a dizer ao continuar na nossa próxima sessão, com material pessoal já iniciado. E com isto termino.

(«Obrigado. É bom ouvir-te.»)

Vão continuar a ouvir-me por bastante tempo.

(«Ótimo. Iremos esperar por isso. Boa noite, Seth.»)

SESSÃO APAGADA

6 DE MARÇO DE 1972

(A Jane foi dar um passeio sozinha depois do jantar esta noite, e ficou zangada consigo própria porque se sentia muito lenta. Quando voltou a casa, usou o pêndulo para perceber que estava a reprimir reações a uma declaração minha, feita no outro dia, no sentido de que eu não achava que ela seria capaz de se locomover bem o suficiente para fazer uma digressão para Seth Speaks, caso a Prentice-Hall nos solicitasse. Daí a sua lentidão esta noite, etc.)

(Lembrei-me de ter feito o comentário, mas não me apercebi das suas reações a ele, embora tenha notado o aumento da dificuldade dela em andar. A Jane disse que a sessão de pêndulo ajudou. Depois, tirou uma soneca. Tivemos uma conversa antes da sessão desta noite. Lembrei-lhe o que o Seth disse na sessão excluída de 26 de Fevereiro de 1972, na Maratona: "Vocês recebem aquilo em que se concentram. Não há outra regra principal.")

(Achei isso excelente e pretendo fazer cartazes para cada um de nós exibir em locais destacados nas nossas áreas de trabalho.)

(Quando conversámos sobre a declaração de Seth e decidimos que devíamos concentrar-nos em coisas benéficas, a Jane quis então saber como essa ideia se encaixa com a importância de não reprimir pensamentos negativos. Quando comecei a responder, Seth interrompeu-nos:)

Agora, permitam-me que responda a essa pergunta e dê um exemplo vivo, um exemplo recente. Quando tu fizeste o comentário sobre a digressão, a Jane reprimiu o medo invocado, querendo mostrar que já não era tão sensível. Tu segues-me?

("Sim" também fiquei um pouco consternado.)

*Ele sente que agora o colocas injustamente no lugar. Com toda a razão, ele não quer ter de pensar duas vezes antes de falar. Ele reprimiu as emoções (*sublinhado*) num esforço para mostrar melhoria.*

*Esses sentimentos reprimidos cresceram um pouco para além do alcance da consciência, e logo abaixo do alcance da consciência, mas quase conscientemente, ele começou a questionar-se, a julgar a sua condição atual com o que deveria ser (*para sair em digressão*). O tom sentimental coloriu as suas outras atividades.*

Se a emoção tivesse sido honestamente enfrentada e trazida à tona, não teria sido escondida. O corpo não teria de a expressar por ele e abriria caminho para outros sentimentos compensadores enquanto tu o encorajavas e apontavas a direção adequada para a concentração.

O choro é uma atividade de limpeza e geralmente bastante benéfica, libertando pressões psíquicas e físicas. Ele tem pouca utilidade para isso, devido aos feitiços de choro da mãe. O choro limpa o ar e garante que a emoção não será reprimida. É um sinal saudável. Ele esquiva-se disso, temendo que seja negativo ou que o perturbe e o faça sentir-se pior.

Temendo que tu vejas o barulho e a indisciplina como algo negativo para ele – que o solte.

Explica-lhe os teus sentimentos. É natural que, por vezes, se desanime. É para qualquer um. Quando ele se sente assim, seria de grande ajuda se simplesmente chorasse sozinho, ou fosse até ti em busca de conforto. Ele pensa nisso como uma admissão de fraqueza.

Há aqui uma ligação sexual com a dádiva – na emoção, ponto final, de forma corporal.

Tenho várias sugestões; as observações que fizeste antes da sessão são muito pertinentes e devem ser tidas em conta. Além disso, as sugestões como as que estás a fazer (*à noite antes de dormir*) também devem ser dadas de manhã, pelo menos antes do trabalho.

A estas deve acrescentar-se: "Reagirei apenas a sugestões positivas." Antes do dia de trabalho começar, a Jane deve tirar alguns momentos, como tem feito em períodos de melhoria, para se dedicar a um dia criativo e expressivo. A ênfase na expressão.

Houve uma gravação que fizeste com *In a Gadda Da Vida* em que foram dadas sugestões. Isso foi de ajuda, e sugiro que ele a utilize. Quando ele sentir que está preso, deve admitir e dizer-te. Esses períodos diminuirão. O esforço para os esconder não ajuda.

O riso é um excelente auxiliar, assim como o humor gentil. Os deuses não são tão sérios quanto a Jane tenta ser sobre si mesmo.

Mais uma vez, os teus comentários foram muito importantes e contêm os conselhos mais úteis possíveis.

Brincando agora, para relaxamento e alegria de o fazer, deixa-te imaginar as coisas que queres fazer, como um jogo criativo, pelo prazer intrínseco envolvido, mas sem a Jane esperar, ou melhor, exigir, resultados instantâneos.

Os resultados virão, mas não se ele os verificar constantemente. Isso implica o medo de que eles não apareçam, e não a fé de que irão.

O partilhar qualquer emoção contigo vai acelerar as atividades sexuais, e é na área do desânimo, em particular, que a Jane reprime.

Envolve o medo da crítica, de ser criticado por estar desanimado. O desânimo é natural e não é um problema quando é reconhecido e expresso. De facto, é um estágio que abre caminho a novas ações e, em certa medida, serve o encorajamento e a alegria.

Espero que zeles para que a Jane siga as sugestões dadas esta noite.

Sugiro que a sessão seja colocada em frente ao seu antigo caderno de diários, e que a lista de material escrito por ti também seja lida por ele todos os dias antes do trabalho.

Agora podeis fazer a vossa pausa.

O que está em causa aqui é a necessidade de reconhecer e expressar a emoção, ponto final.

Ao ajudares a Jane a fazê-lo, tu também encontrarás a tua própria natureza emocional libertada e enriquecida.

A Jane sente emoções profundamente, daí a repressão delas causar tais dificuldades. É o eu consciente, aliás, que atribui a ideia de bom e mau às emoções.

Sugiro que, numa sessão conjunta de pêndulo, vos dirijais ao eu consciente da Jane com isso em mente.

A Jane, nos últimos anos, tentou ser como tu, imitar o que ele pensava que tu eras, encaixando-se na superidealização. Ele faria qualquer coisa para evitar uma cena emocional. As emoções pertenciam aos pais, que não eram razoáveis.

Ele sentiu que demonstrações emocionais da sua parte fariam com que tu o visses da mesma forma que a mãe. As lágrimas dela colocavam-no na defensiva, sentia-se assim. Ele até sentiu que tu consideravas as lágrimas desprezíveis.

No entanto, foi a tua natureza emocional e espontaneidade que lhe abriram os olhos para a necessidade da expressão emocional. Porque te idealizou assim, projetou o mesmo tipo de sentimentos de ti para ele, pensando então que querias um companheiro ideal, e não um companheiro humano.

Deixa-o saber que não tens medo da expressão emocional da parte dele – é o mais importante.

No entanto, obteve ganhos na compreensão da extensão das suas repressões. Antes, não o fazia.

A última sessão que dei, na Flórida, é muito importante, tomada em conjunto com esta.

As sugestões dadas esta noite são orientadas para o período atual e trarão resultados – excelentes resultados.

A concentração noutras áreas é muito importante. Tenho excelente material noutras linhas que espero estar a dar-vos em breve.

A vossa situação financeira está bem cuidada. Estais a cuidar de vós próprios, e as vossas iniciativas conjuntas já deixaram a sua marca.

Esta é uma conquista que está a ser feita agora, mesmo que os efeitos físicos ainda não tenham chegado até vós.

(Para mim) Existem vários desenvolvimentos intuitivos em relação ao teu trabalho que já estão em construção, e que te trarão grande prazer e uma sensação de realização.

(Longa pausa)

A condição da Jane vai melhorar por causa de outros desenvolvimentos, do sucesso no trabalho e noutras áreas, que automaticamente trarão uma concentração fora dos sintomas.

Isso já começou, embora os resultados físicos ainda não se tenham manifestado.

No entanto, a necessidade de compreender o que está por detrás da dificuldade ainda é urgente, e os passos que delineei devem ser seguidos. Agora, como estou muito à frente de vós no que diz respeito à digitação, encerrarei a sessão.

Estais, no entanto, embarcados numa estrada que leva a alguns eventos fascinantes e realizações que antes não teriam sido possíveis.

E tende uma atitude mais lúdica, vós dois. É o melhor remédio. Não há nada para nenhum de vós se sentir desesperado. Estendo-lhes uma boa noite carinhosa.

("Obrigado, Seth. Boa noite.")

E sempre que quiserdes dar as notas ao boot e usar o gravador, estou pronto... Espero um novo estado de coisas, com estas sugestões iniciadas imediatamente.

("Ok. Obrigado. Boa noite.")

(A Jane disse que já se sentia melhor. Então o Seth voltou.)

Mais uma observação: a tua ideia de te levatares às cinco horas é *(sublinhada)* excelente. Isso aumentará a tua sensação de privacidade, minimizando assim os sentimentos de ressentimento em relação a este lugar. Mas também fará com que sintas que estás a começar o dia com o nascer do sol e o teu trabalho – uma declaração simbólica sobre os teus valores. Aí. Tu também te lembrarás mais facilmente dos teus sonhos, e novamente aqueles benefícios mencionados no meu livro, tu, revisor, tu.

("Ainda não, não estou.")

(O que significa que a minha vez de rever o Seth Fala ainda não chegou. A Jane ainda está a fazer a sua passagem por isso. Agora, no final da sessão, repetiu que se sentia muito melhor.)

SESSÃO APAGADA

22 DE MARÇO DE 1972

Ora, boa noite, e boa noite aos nossos amigos. Vou dirigir-me... Agora, antes de começarmos, deixem-me dizer-vos algumas coisas. Antes de mais nada, como bem sabem, não se pode forçar a espontaneidade. Têm na cabeça que têm de ser espontâneos, que têm de se deixar ir e, como também sabem, a espontaneidade não se alcança dessa maneira. Querem sentir-se livres para dar da vossa própria natureza, não quando isso é exigido por contrato. Não querem dar por imposição — depois do vosso casamento sentiram como se fosse esse o caso.

Sentiam-se bastante livres para ter um orgasmo quando não o consideravam algo exigido de vocês — quando davam a partir da vossa própria dádiva. Sempre deram de vós próprios — em muitas áreas sempre foram espontâneos. Não querem dar quando sentem que têm de dar. Não querem dar por imposição. Conseguem viver com a ideia de serem amantes, não cônjuges — os dois papéis chocam no vosso próprio psiquismo. Há aqui uma ligação entre o facto de saberem tanto sobre hipnose (“e ainda assim não terem sucesso em entrar nela vocês próprios” — perdi estas palavras — e estou a parafrasear o Seth aqui).

No entanto, julgam-se demasiado severamente. Têm o dom de suscitar a espontaneidade nos outros, de neles chamar qualidades de entrega e de deixar-se ir e, ao fazê-lo, “cavalgar” também a espontaneidade dos outros — conseguem acompanhar. Só quando sentem que vocês próprios têm de se dar por exigência — não conseguem deixar-se ir. Isto decorre de atitudes distorcidas vossas. O medo, nessas circunstâncias, de se deixarem ir — e, no entanto, o medo tem a ver com um medo mais profundo que envolve a natureza da vossa própria fé interior — pensamentos, claro, de serem aniquilados, não pelos sentimentos de outra pessoa, mas pelos vossos.

Erguem barreiras fortes nesses sentidos — e essas foram reforçadas pela concentração no problema, de modo que se envolvem neste círculo vicioso. O excesso de concentração impede-vos de fazer aquilo que dizem e sentem que querem fazer.

A atitude do vosso marido, certamente à superfície, tem sido compreensiva. No entanto, apesar dessa atitude à superfície, sentem que isto é um dever, e criaram na vossa mente um papão chamado Orgasmo. Glorificaram o que é o orgasmo — o inatingível e, portanto, o símbolo de todas as outras qualidades que querem alcançar, ou acham que devem alcançar, mas não têm. O termo, em si, ergue uma barreira. Nos sentimentos espontâneos, normais e naturais que têm, questionam sempre: Até onde vou, quanto estou a dar? Começando sempre com a ideia de que o orgasmo, para vocês, é impossível de alcançar. O vosso corpo tem um conjunto de doutrinas contraditórias — não consegue comportar-se por si

só. Os tabus negativos foram-se acumulando ao longo dos anos. Parte disto pode ser imediatamente anulada se fizerem uma coisa.

Esqueçam a palavra “orgasmo”. Esqueçam o que pensam, intelectualmente, que ela significa. Ao fazer amor, tornem-se simplesmente conscientes do que o vosso corpo sente. Não tentem forçar o vosso corpo adiante. Usem uma vigilância e uma passividade equilibradas. Sejam simplesmente vocês próprios, tal como são.

Sei que têm tentado concentrar-se em agradar primeiro ao vosso marido. No entanto, sugiro que simplesmente reconheçam que o vosso corpo é uma parte importante de vocês que deixaram “a pedir esmola” — que a sua resposta pode ser perfeitamente adequada — que têm de o libertar das vossas próprias pré-conceções — particularmente da vossa ideia do que um orgasmo “deveria” ser... que se permitam sentir livremente.

Tomem consciência do que o vosso corpo sente sem questionar — sem se interrogarem se o vosso corpo deveria sentir mais — permitam-se sentir as carícias do vosso marido da mesma forma que uma flor poderá sentir o sol.

Não tentem “deixar-se ir” — esqueçam a ideia de “deixar-se ir”. Tornem-se simplesmente conscientes das vossas sensações. Concentrem-se no que o vosso corpo sente. Imaginem a inter-relação, por exemplo, entre a mão dele e a parte particular do vosso corpo que ela está a tocar. Reconheçam que os simples átomos e moléculas que compõem os vossos corpos têm consciência, são vitais e participantes. Entregues a si mesmos, sabem a sua própria alegria e estão cientes de tais relações íntimas.

Se não tentarem ter um orgasmo — se simplesmente permitirem que o vosso corpo se torne consciente das sensações que sente — então estarão no início. *(Pausa.)*

Quero que partam do princípio de que o vosso corpo sente — mas que vocês muitas vezes inibiram essa sensação. Portanto, quero que, no vosso fazer amor, imaginem que o vosso corpo é como um campo — tomem consciência, à medida que estímulos chegam a esse campo — sintam-no despertar. Quero que se concentrem em sentir ativamente. Quero que estejam atentos ao movimento dos músculos — à mensagem dos nervos. O corpo é afetado pelo toque da mesma forma que um campo pelo vento, pelo sol e pela chuva. Sugiro, portanto, simplesmente, que “escutem” para se tornarem conscientes, da mesma maneira, daquilo que o vosso corpo sente. São vocês que têm estado a bloquear sensações que estão lá e de facto existem.

Esquece a palavra “orgasmo”. Toma consciência do que realmente sentes, sem questionar. Deixa de te esforçar por alcançar um orgasmo. Estás a tentar demasiado nessa direção, como acontece com a meditação. És demasiado zelosa nesse aspeto. A hipnose envolve, à sua maneira, um

tipo de jogo psíquico — a meditação envolve um tipo de jogo psíquico e o ato de fazer amor envolve um tipo de jogo psíquico. És demasiado séria no teu fazer amor, como em outros domínios.

Permite-te sentir quando fazes amor. Esquece o grande peso de que “tens” de ter um orgasmo.

Permite ao teu corpo o seu simples prazer. Não comeces a insistir em que ele tenha um certo tipo de clímax — deixa-o ser ele próprio. O mesmo na meditação — deixa o teu eu interior “brincar” na meditação e deixa o teu corpo “brincar” no fazer amor.

Inventa certos jogos no vosso fazer amor. Envolve o teu marido neles. Deixa-o surpreender-te. Que a ênfase esteja, antes de mais, em toques suaves. Conheces muitas destas técnicas de sensibilidade. Usa-as. Deixa-te perder no assombro da mão dele sobre a tua coxa, no calor entre a mão e a coxa, e esquece a palavra ou o pensamento de orgasmo sexual. Estás a “labutar” em demasia.

Ele é perfeitamente capaz de te acompanhar nesses jogos, até de os iniciar. Tu és perfeitamente capaz, nos termos em que falas, de ter orgasmo se o permitires. Quando os lábios dele tocarem a tua mão — se o fizeres em modo de jogo e permitires que a tua consciência inata funcione.

No teu caso particular, eu até sugeriria que te afastes, por algum tempo, das zonas sexualmente aceites como “normais” e que aprecies, em vez disso, o conteúdo (?) — isto é, quando ele beija a tua mão e estás consciente da sensação de lábio contra palma e vice-versa, toma também consciência da sensação da tua mão na pele dele. Perde-te nessa sensação. Isto envolve concentração ativa da tua parte.

Pode parecer-te, nos teus termos, que o orgasmo exige “deixar-te ir” — falta de concentração. No entanto, envolve antes um grau elevado de concentração, pois outros estímulos são excluídos e a consciência foca-se, em vez disso, na sensação manifesta. Isto implica ação da tua parte e foco de atenção — e isso ajudará a dissipar parte da tua dificuldade.

Estou a tentar dar-te alguns conselhos práticos. Espera outra gravação mais tarde, e abordaremos mais sobre a vontade. Mas quero que sigas agora as instruções dadas esta noite.

(A Jane [Ruburt] disse-me algo na gravação sobre sentir uma forte resistência da minha parte — como se, apesar de tudo o que eu dizia sobre querer ter orgasmo, no fundo eu não quisesse — que era uma forte medida de proteção, como se a minha sobrevivência, de certo modo, dependesse disso.)

(Nesse momento, Seth começou:)

Agora, gostaria de tecer alguns comentários sobre o que o Ruburt acabou de dizer. Antes de mais, perdoa-me, mas não terias dificuldade nenhuma em ter orgasmo com um homem por quem estivesses profundamente atraída, se ele não fosse teu marido, e se conseguisses

ultrapassar as barreiras morais que o poderiam impedir — se conseguisses convencer-te de que estava tudo bem.

É o facto de se esperar que tenhas um orgasmo que causa a dificuldade.

Sentes que és uma pessoa calorosa e espontânea. Não gostas de receber ordens, não gostas de barreiras — não gostas de imposições. És do tipo de pessoa que gosta de fazer coisas pelos outros, mas não se alguém o exigir.

Em criança, surpreendias os teus mais velhos ao executar tarefas quando não eram esperadas de ti, quando não eram exigidas. Quando surgiam exigências, porém, tornavas-te ou interiormente ressentida ou rebelde.

O orgasmo, para ti, representa imposições. A ideia de “desempenhar” dessa forma, de dar dessa forma ou por exigência — como se fosse esperado de ti — é essa a dificuldade.

Criaste o problema na tua própria mente, claro, e estás a reforçá-lo. Quanto mais ergues a necessidade de ter um orgasmo, mais impossível ele se torna.

Ficarias melhor se dissesse a ti própria que não te importas se nunca tiveres um orgasmo na vida. E, se o conseguisses dizer honestamente, não terias dificuldade nenhuma em tê-lo.

Mas, mais uma vez, o termo atraiçoa (?). Que ponto, perdoa-me, é atingido quando podes dizer: “Sim, agora estou a ter um orgasmo, e agora já não, e a sensação começa e termina”? Uma variedade complexa de sensações e emoções está envolvida — erguem-se e abatem-se, mas não começam e acabam nesse sentido particular.

Ao recusares ter um orgasmo, estás a mostrar a tua rebeldia contra a autoridade. Uma certa parte de ti insiste que está a ser espontânea ao reter o orgasmo — apenas porque ele é exigido ou esperado.

O mesmo se aplica à hipnose. Quando é instalado o estado, ou a situação em que, nos teus termos, “ceder” é esperado de ti, e quando o hipnotizador é colocado como autoridade — rebelas-te instantaneamente e, à tua maneira, reforças as tuas ideias de espontaneidade ao recusares seguir a autoridade. Seguir a autoridade não é ser espontânea, na tua maneira de pensar — é conformar-te.

Há aqui também algo relacionado com o que sentes acerca de ti como rebelde — como alguém que não se conforma, que se mantém à parte. Ao não teres um orgasmo, para certas camadas da tua personalidade, agora, estás a manter a tua individualidade — estás a reforçar a ideia de que és uma rebelde, e livre, mas não te conformas com o que é esperado de ti. O mesmo se aplica à hipnose.

Há também, no íntimo, o facto de não queres ser uma entre as massas de homens e mulheres que experimentam o mesmo fenómeno —

por outras palavras, o orgasmo — de queres estar à parte, ser diferente, e ser, de facto, espontânea e rebelde e seguir o teu próprio caminho. Por detrás de tudo isto há também um grande embaraço por teres de partilhar tal sensação com outros; se a experimentares dentro do casamento — é algo esperado no casamento — as pessoas, por outras palavras, ao olharem para ti, se fores casada, podem dizer que “o fazes”.

Antes do casamento, no contexto da vossa relação, porém, isto não se aplicava. Então, ter orgasmo significava rebelião, significava ser diferente, significava ser espontânea e estar à parte dos outros. Depois da cerimónia, passou a significar conformar-te com o que era esperado, ser “uma entre muitos”, abdicar da tua individualidade.

Quero que reflitas seriamente no que te disse a respeito de circunstâncias e condições.

Perceberás, quando terminarmos, que se trata simplesmente de uma diferença de interpretação.

Certas partes de ti estão a fazer o melhor para te ajudar e elas... (?). Terei outras recomendações, mas quero que te tornes consciente do simbolismo por detrás... (?).

Antes do teu casamento, tu e ele, ———, enfrentavam o mundo numa relação que consideravas íntima e isolada, única. Depois do casamento, por causa da tua interpretação e atitude, pareceu-te que te tornaste “uma entre outras”, ou dois entre muitos.

O ato de amor já não parecia tão singular — já não parecia pertencer apenas aos dois, mas como se o tivesses de partilhar com outros, e ressentiste-o. Certas partes da tua personalidade ficaram até embaraçadas. As crianças nasceram porque outros, por implicação, partilhariam o conhecimento da relação envolvida. Não querias partilhar isto.

(Pausa.)

Agora, desde os teus primeiros anos, não querias sentir-te forçada a fazer coisa alguma, mas sim usar livremente as tuas capacidades.

És de grande ajuda aos teus pacientes porque aí permites total jogo à tua espontaneidade. Usas muito bem a telepatia para descobrir os sentimentos deles — usas os teus sentidos interiores para perceber as dificuldades e, intuitivamente, estás ciente dos problemas e és capaz de os ajudar a superá-los.

Não te sentes forçada a fazê-lo, no entanto. Em certa medida, sentes-te lisonjeada: pedem-te assistência — precisam da tua ajuda. Tu és a autoridade.

Mesmo nos meios psicológicos és, até certo ponto, considerada uma rebelde jovial. Os teus métodos são por vezes vistos como “avant-garde” em comparação com muitos outros. Vês-te, então, como alguém diferente, uma rebelde, capaz de ajudar outras pessoas e espontânea e calorosa.

Mas quando essas qualidades te são exigidas, na tua mente, ou quando acreditas que tens de as “desempenhar”, ficas bloqueada. Isto também se aplicou a uma pequena área da tua vida profissional.

Estou a trabalhar do presente para trás — por isso terás de ter paciência comigo.

Mais uma vez, quero dar, para começar, o aconselhamento prático que puder e depois iremos, lentamente, para razões mais profundas e implicações passadas.

Sugiro, por exemplo, que não faças amor no quarto — que mudes de local sempre que possível.

Tens, acima de tudo, de parar de te dizer, mais uma vez, que “tens” de ter um orgasmo. Tens de deixar de pensar em termos de desempenho. Tens de começar a pensar em termos de sentir.

Quando, com honestidade, te permitires tomar consciência do mais leve toque entre ti e o teu marido, e honestamente o reconheceres e apreciares, estarás um passo à frente.

Não há razão para que não progridas também nas tuas meditações — ambas as coisas estão tão intimamente ligadas e, de um modo estranho, equiparaste-as na tua própria mente. Isto, novamente, é o problema de tentares demasiado.

Deves usar o teu próprio mantra — ressentiste-te de usar os mantras de outros — o simples facto de que certos mantras “devem” levar-te a certo estado de consciência é precisamente o suficiente para te fazer decidir que não irás nessa direção.

Acredito que há um escritório, em tua casa — tenta fazer amor aí.

Parte disto tem a ver com sentimentos em relação ao teu pai nesta vida. Disse-te que estamos a trabalhar do presente para trás. Parece haver o nome J (?) em pano de fundo algures e é Dumold (?).

Há também alguma confusão relacionada com a tua própria ideia do que é masculino e feminino e do que é exigido de cada um. Na tua rebelião, vês-te como o masculino. Espontaneidade e liberdade também se te apresentam como algo masculino, mais do que feminino. Por outro lado, sentes-te mulher. A imagem masculina de rebelde, porém, “empanca” nos teus encontros amorosos.

Não estou a dizer que te identifies como homem. Não estou a dizer que tenhas problemas nesse sentido. Estou a dizer que a veia rebelde da tua natureza te parece masculina.

Tenho outra sugestão a fazer na área do fazer amor — que, por vezes, te imagines como se fosses o teu marido e imagines o que ele deverá sentir ao tocar o teu corpo.

Tenham as luzes acesas nos vossos encontros amorosos.

Sugiro, mais uma vez, que concentres a atenção em relativamente poucas zonas do corpo: as mãos, o rosto, os braços, as coxas. Toma consciência das tuas próprias sensações nessas áreas quando ele te toca aí.

A analogia do campo mencionada anteriormente deverá ajudar-te.

Concentra-te na ideia de o teu corpo ser um campo despertado pelo vento e pela chuva — despertado para a sensação — não necessariamente passivo, então, mas num estranho estado entre a vigilância e a passividade.

Não ressintas o facto de o teu marido poder ter orgasmo com tanta facilidade, nos teus termos. Tens ciúmes, nesse aspeto, do que consideras a espontaneidade dele. Invejas o prazer dele, ao mesmo tempo que sentes que não deverias sentir inveja. No teu estado atual, porém, uma certa parte de ti ainda se sente satisfeita por ter resistido — por seres rebelde até ao fim e por não teres cedido. O próprio contrato matrimonial, portanto, teve um forte destino, pois aquilo que fazias espontaneamente agora é exigido e, uma vez exigido, tu rebelas-te. Quero certificar-me de que compreendes isto.

Na tua profissão procuras sempre, percebes, ir além dos outros, procurar novos métodos, ser “avant-garde”. Mostrar que, embora haja muitos psicólogos com graus académicos aparentemente na mesma categoria que tu, tu estás, no entanto, para além deles. Agora, não encares nada disto em termos de culpa — não há nada de que devas sentir-te culpada. Tens apenas de compreender porque sentes o que sentes, e não inibir os teus próprios sentimentos.

Como te disse, entraremos em razões mais profundas, mas, por agora, quero que prestes atenção ao que disse e que experimentes estes métodos, pois eles funcionarão e mostrarão resultados se os aplicares.

Usa a tua própria iniciativa para variações — pensa em termos de jogo — de um encontro lúdico, em vez de um encontro sério. Lembra-te de que o corpo, deixado a si, encontrará o seu próprio júbilo e prazer. Portanto, concentra-te no que o corpo sente.

Isto significa usar a mente e aplicar a mente ao corpo — não bloquear a mente. Qualquer encontro amoroso é verdadeiramente único e diferente de qualquer outro, e isto tens de compreender. Um encontro amoroso é uma forma de expressares a tua individualidade. Ao expressá-la, não a perdes — não és menos rebelde. Ao expressá-la tornas-te mais aquilo que és — saltas a ponte da comunicação para além das palavras, e isto pode ser algo simples que envolve meramente o toque de mão com mão ou de coxa com coxa.

Por isso, não etiquetas a experiência que achas que deverias ter. Deixa que o teu corpo e a tua mente tomem consciência do que o teu corpo sente nesses encontros. Agora, haverá outra gravação dentro de 3 meses, se não vos virmos antes.

Há algumas observações na tua carta sobre as quais vou comentar e também entrar em material de enquadramento. Mas toda a informação dada esta noite também deverá ser útil e, se seguires os conselhos dados, deverás tornar-te consciente de uma sensação de liberdade e alegria sexual que é inédita.

Despeço-me, portanto, com uma afetuosa boa noite, e envio as minhas melhores saudações a ambos.

E este é o fim da sessão desta noite.

SESSÃO 607

3 DE ABRIL DE 1972

(A primeira parte da sessão foi feita para Al e Gertrude Laux, de Columbia Crossroads, Pensilvânia. Como eles gravaram, não tirei notas.)

(A segunda metade da sessão foi feita para Alma Priestley, de Clearwater, Florida. Ela escreveu à Jane em março de 1972, sobre o seu filho. Antes da sessão, a Jane releu uma carta anterior de Alma Priestley e a cópia carbono da sua resposta em junho de 1971.)

(O Seth retomou após uma pausa às 22:00.)

Dêem-nos uns momentos, por favor. *(Para Alma Priestley.)*

A sua própria atitude é altamente negativa. O rapaz capta dela, agora, que não se pode esperar que ele se saia bem.

Antes, ela tinha maior determinação, uma fé mais forte que ajudou a trazê-lo até aqui. Com os anos, porém, foi-se desencorajando e, telepaticamente, ele sabe-o.

Ela tem demasiada pena dele. Está também a projetar a imagem negativa para o futuro. Sente-se vencida pela situação. Formou-se, portanto, um círculo de reação em torno da família que, até agora, se auto-perpetua. Isto não é «culpa» dela. Simplesmente, a família cansou-se, mas o círculo de reação tem de ser quebrado.

Ela deve começar, na sua mente, a mudar as circunstâncias. Deve fazê-lo mentalmente. Os dois livros que o Ruburt (Jane) costuma sugerir devem ser lidos e usados por ela. O rapaz deve ser encorajado a continuar a pintar, apesar de ela nada saber do assunto. Em particular, deve ser instado a usar cor.

A mãe tem de mudar o seu próprio sentimento de desespero, pois isso, por si, torna-se um fardo acrescido para a situação.

Na Grécia, o jovem foi senador, extremamente brilhante, e emocionalmente imaturo e frio. Era muito rápido e impaciente, sobretudo perante a incapacidade mental dos outros, e, no entanto, jogava com essa fraqueza nesse aspeto. Isto foi em Atenas e houve também uma ligação com Catão (pausa) e um passado hebraico.

(Em todas as sessões que a Jane deu, esta é apenas a terceira vez que o Seth referiu ligações de vidas passadas envolvendo figuras históricas. Em cada caso, as ligações eram bastante ténues.

(O dicionário diz-nos que o filósofo e estadista estoico Catão era romano e viveu de 95 a 46 a.C. Chamava-se Marco Pórcio, o Jovem; o seu bisavô, Marco Pórcio, o Velho, foi um estadista romano que viveu de 234 a 149 a.C.

(Dado que a Grécia e a Itália são geograficamente próximas uma da outra no Mediterrâneo oriental, era fácil para os cidadãos de ambos os países encontrarem-se, mesmo naqueles tempos antigos.)

Nesta vida, ou melhor, antes de nela encarnar, a personalidade escolheu propositadamente minimizar a área intelectual; não, agora, para se punir, mas para compreender, e através de uma forma exagerada, a experiência daqueles muito menos dotados mentalmente do que ele.

É capaz de dar às suas capacidades emocionais uma liberdade muito maior. Em todas as suas existências foi de natureza extravagante, impetuosa, escolhendo experiências extravagantemente opostas. Não escolheu, por exemplo, sondar de modo leve ou delicado várias áreas de experiência, mas preferiu intensificar cada vida.

Os dois livros que o Ruburt costuma sugerir são definitivamente recomendados e devem ser seguidos seriamente no que toca à família. Há ainda uma grande concentração nas fraquezas do jovem. Isto conduz a mais fraqueza e a não realização.

As expectativas têm de subir da parte da mãe; expectativas interiores. Os exercícios sugeridos em ambos esses livros irão ajudá-la. Deve deixar de carpir as deficiências dele.

Houve ligações em vidas passadas que uniram mãe e filho, das quais ambos têm consciência inconsciente. Ela tem sido valente. Em certas marés ergueu-se a picos de grande encorajamento que o ajudaram. Mas deve evitar o lodaçal da expectativa negativa.

Ele não é infeliz, sobretudo se ninguém lhe lembrar aquilo que pensa que ele está a perder. Ela deve ter fé em que a vida foi escolhida por uma razão e então as razões tornar-se-ão pelo menos compreensíveis para ela.

Não tenciono ralhar com ela, mas, na sua compaixão bem-intencionada, pode tolher a alegria inata que ele sente quando fica entregue aos seus próprios padrões de realização.

E agora despeço-me de todos com um sentido boa-noite.

(«Obrigado, Seth. Boa noite.»)

SESSION 608 APAGADA
A CONSTRUÇÃO DA REALIDADE PESSOAL
(PORÇÃO APAGADA DA INTRODUÇÃO DO SETH)

(Antes da sessão desta noite a Jane disse-me pensar que o Seth se estava a preparar para um outro livro dele em breve. Não esta noite, disse ela, mas dentro em breve. Ela mencionara o mesmo na quarta-feira 29 de Março ao se sentar para fazer uma sessão. Contudo, não resultou em sessão nenhuma – ocorrência que em si é bastante inusitada. Ela não faz ideia do assunto, nem do título – nada – para qualquer dos livros do Seth. Pode ser dito que não esperávamos tal empresa nesta altura, dado que acabamos de fazer a revisão das provas do primeiro livro do Seth do mês passado.

A Jane apresentou um ritmo bastante acelerado esta noite.)

Boa noite.

(Boa noite, Seth.)

Bem, o Ruburt tem razão. estamos a preparar-nos para um outro livro, e a dar-vos um descanso entretanto. Os volumes unem automaticamente o material, e apresentam-no num certo enquadramento de disciplina. O que não quer dizer que outro e no intervalo das sessões não possamos ajudar outros, ou tratar de material pessoal. Conforme agora sabem, é despendido um tempo considerável com o preparo que fazes das anotações, razão porque tenho estado há espera, há um tempo.

O Ruburt percebeu-o com toda a clareza, e como é habitual sentiu fisgadas, ao se interrogar sobre aquilo que vou tratar, e de que tipo de livro irá tratar-se. Um livro desses pode ser dado normal e tranquilamente na nossa rotina das sessões, em contribuição do vosso próprio conhecimento e, em última análise, em auxílio de outros igualmente. Sugiro o mais simples dos formatos. Sempre o menos complicado no que diga respeito a qualquer mecanismo. Estás a entender-me?

(Estou.)

Com toda a probabilidade, desta vez vamos trabalhar em períodos concentrados de tempo que poderão ser entrecortados por pausas sempre que o preferirem, ou as circunstâncias parecerem justificá-lo. Entretanto, há uns aspetos que gostaria de realçar que não foram transmitidos deste modo; aspetos de ligação que são importantes, entre a natureza da matéria, a percepção que têm dela e a existência reencarnatória.

Conforme estão inteirados, a mente forma a matéria. O cérebro físico só percebe o surgimento da matéria numa das suas múltiplas manifestações. E existem muitas gradações de matéria, conforme eu lhe disse.

Bom, o eu interno é o criador pessoal primário e aquele que percebe, a sede da identidade, uma consciência dotado, pois, de muitas faces. Cada porção do eu interno cria a sua própria realidade, e percebe a estrutura da

matéria com que se encontra em sintonia. Assim, cria o tempo, os acontecimentos e os locais. Eles existem todos ao mesmo tempo, mas o mecanismo de percepção acha-se em sintonia com um canal característico, como quem diz. Enquanto vós criais a realidade física e o tempo que conhecem, outras porções do Eu estão a criar o seu próprio tempo e locais. Tudo isso precisa desde logo ser compreendido junto com a natureza da matéria física. De outro modo torna-se impossível compreender como, por exemplo, uma cidade do século 18, uma cidade do século 20 e uma antiga vila podem existir todas não meramente como uma só mas igualmente como uma ocasião no mesmo “local”.

O tema da matéria aí torna-se um de correlação de data interna com a experiência e aspeto (*aparecimento*) externo. O âmago interno do eu não tem dificuldade em unir e correlacionar a experiência externa das suas múltiplas personalidades, porém o tem a da reencarnação não poderá ser entendido sem um conhecimento da natureza da matéria.

Habitualmente no estado de sonhos e ocasionalmente no estado de vigília uma personalidade tem um vislumbre do que parecerá ser um acontecimento passado pessoal. Quando isso ocorre, as percepções já o terão alterado, pelo que é muito difícil perceber ao mesmo tempo o presente local físico do passado. Geralmente a percepção conduz a um ou a outro; esse torna-se sombrio ou indistinto enquanto o outro mais robusto e com um aspeto tridimensional.

Seria impossível avançar fisicamente caso os outros acontecimentos simultâneos tivessem que ser controlados por um ego. Essas “divisões” do eu simplesmente possibilitam-lhe multiplicar as suas experiências. Pensem no subconsciente aqui apenas como um psicólogo académico poderia pensar; como aquela porção interna do eu que se preocupa com a sobrevivência física. Mecanismos corporais, que detêm memórias demasiado numerosas para serem seguidas pela mente consciente.

Bom, se todas essas funções precisam estar debaixo da presente consciência, poderão ver que nenhuma consciência do ego isolada poderia facilmente lidar diversos ambientes, épocas, ou experiências de vida. Em vez disso, isso é realizado pelo eu interno central.

Tal como o subconsciente pessoal que conhecem mantém a vossa imagem física familiar, também o eu central interno subjacente confere a esse subconsciente pessoal o poder e a capacidade. Faz o mesmo com as outras porções do eu que se voltam para outras épocas e locais. Se se identificarem com essa identidade central interna, então perceberão que vocês formam outras imagens físicas vossas para além das imagens lado a lado que conhecem.

A chamada reencarnação, tampouco pode adequadamente ser considerada, pois, como fenómeno aparte da natureza da personalidade, por ser resultado direto da tentativa do eu interno de projetar as suas

características de personalidade no exterior num mundo de realidade física. A ideia de uma sequência de tempo é um método psicológico de separar tal experiência para fins práticos a um dado nível de desenvolvimento. A ideia da sequência do tempo está intimamente ligada, uma vez mais, à estrutura da matéria física conforme vocês a percebem, uma forma de separar e correlacionar experiência de modo a poder ser fisicamente processada e associada.

O cérebro, ao invés da mente, necessita dessa correlação. No âmbito da realidade de três dimensões em que a reencarnação tem lugar, a própria estrutura do corpo requer lapsos de “tempo.” Não pulam mensagens instantaneamente através do sistema nervoso. A mente existe independente do cérebro, mas com relação com ele. Ela pode perceber sem lapsos de tempo. O corpo físico existe numa ordem eletromagnética.

Há pontos de correlação que existem entre os dois de que o cérebro consciente não tem consciência, e percepções que não são registadas conscientemente. Da mesma maneira que todo indivíduo pode saber o que está a suceder num outro local sem que tenha qualquer comunicação física, também ele poderá obter conhecimento das suas outras existências no âmbito da reencarnação.

(O ritmo da Jane mostrou-se bastante firme. Ela, ou o Seth, não se sentiu perturbada com o ruído do apartamento de cima, onde tinham entrado diversas pessoas após o início da sessão.; escutava-se muitos passos, ruído pancadas em mobiliário, etc., que pessoalmente, achei bastante irritante. Durante o intervalo algumas dessas pessoas deixaram o local, pelo que ficou mais sossegado. Retomamos às 10:20)

Bem: Eu queria manter o âmbito das nossas sessões enquanto lhes concedo umas mini férias antes do nosso próximo projeto principal. Por isso, não os vou ocupar muito. O Ruburt está fisicamente a processar algumas das suas reticências que tem acerca da reencarnação na sua novela, e a chegar a enfrentar o tema de forma criativa e por formas que têm um profundo sentido, não só para ele como para os demais.

O Oversoul Seven e o Cyprus existem, embora em diferentes termos que os que possa imaginá-los, e todo o episódio permite-lhe trabalhar criativamente com a ficção, e criativamente as suas habilidades psíquicas. O livro consiste numa forma de ensinar através da parábola. Ele ensina a ele próprio à medida que ensina os outros, e claro que na redação do livro ele também está a ser ensinado. Não vou dizer mais nada sobre o nosso próximo projecto esta noite, para além de que está em preparação. Tens alguma pergunta, Joseph?

(Como o seth me chama.)

(Não, creioo que não.)

Nesse caso vou desejar uma boa noite. Tu Sumari, tu

(O mesmo para ti, Seth.)

Tenta fazer esboço um dia destes com a tua mão esquerda, também. O resultado poderá surpreender-te.

(Pensei que sim. Boa noite, Seth, e obrigado.)

(10:25 PM

(A Jane começara o Oversoul Seven em finais de Março, 1972. Ela terminou-o em finais de Julho de 1972.)

SESSÃO APAGADA DE MARY SMITH

NEGAÇÃO DOS SENTIDOS

3 de Maio de 1972

(Pouco antes do Natal de 1971, Faith Briggs, uma das alunas da Jane, foi operada devido a bloqueios dolorosos num ouvido interno, resultado de uma infeção recorrente. Em Janeiro de 1972, a Faith foi operada a ambos os ouvidos de novo; tubos de drenagem foram inseridos para fluido no ouvido médio. Embora isso tenha aliviado um pouco a pressão e a dor nos ouvidos, a Faith sofreu uma dramática perda auditiva devido à otosclerose, ou calcificação dos pequenos ossos mais internos do ouvido. No final de Abril, a Faith estava a duas semanas da possibilidade de outra operação, onde desta vez um especialista iria aliviar a infeção abrindo a área do ouvido médio – uma perspectiva aterradora. A Jane e o Rob concordaram em dar à Faith uma sessão privada com o Seth, que a Faith gravou e transcreveu.)

Para de tremer!

(Mary) “está bem.”

Estás a ouvir-me?

(Mary:) Estou.

Nesse caso escuta bem. Vou começar com um elogio, para te deixar à vontade. Tu és generosa. Procuras ajudar os outros. Tens boas intenções, e possuis muitas capacidades. Também disporás de toda a energia de que necessitas, quando aprenderes a libertá-la. Dá-nos um instante, e escuta.

Não te vou responder às perguntas na forma que as formulaste. Antes de mais, vamos ver algumas das causas.

Contaste com muito quando para aqui te mudaste. Esperaste muitas coisas — uma renovação completa, a reversão de certas circunstâncias na tua vida — uma nova relação com o teu marido. Idealizaste em demasia a situação antes do tempo. Pensaste que ias ter uma segunda lua-de-mel. Também pensaste que ias desfrutar da presença do teu marido a toda a hora. Por causa de conflitos anteriores, que podem ser resolvidos, não gozaste da sua presença contínua conforme supuseste que ias desfrutar. Também passaste por conflitos de orientação, com respeito a quem havia de mandar no poleiro, e ressenteste-te por ele ter assumido esse mando, ou o

que te pareceu como tal. Estavas acostumada a gerir o lar sozinha. Achaste que ias acolher a cooperação da parte dele e ajuda, mas por causa de outros conflitos que tiveste com ele, no oriente, nesta vida, em vez disso, ressentiste-te da ajuda que te estendeu. Querias reinar conforme fizeras no passado. Quiseste o lar para ti própria.

Bom. Tens dois aspetos marcantes na personalidade. Uma tem que ver com a razão por que entraste ao serviço; um desejo de ordem. Além disso, a esse mesmo respeito, um aspeto organizado da tua personalidade que estás agora a usar para tua vantagem, e por conseguinte pode mostrar consequências negativas. Gostas de organizar coisas e pessoas. E foi com respeito a isso que achaste a presença do teu marido uma distração quando vos mudastes. Estás-me a entender?

(Mary) Estou. Achei que ele ia estar por casa e que nós. . . , ele iria ter mais tempo para a terra, e que nós poderíamos conseguir algo, mas fiquei verdadeiramente aliviada quando ele foi, teve que ir trabalhar à noite e eu pude ler e estudar sozinha.

Bom. Ficaste desapontada, pois, logo após ter feito a mudança, e começaste a retrair-te. Quer tenhas ou não consciência disso, no começo da vossa vida, quando ficavas extremamente nervosa ou aborrecida ou estavas com um problema, começaste a “derrubar” estímulos. Deixaste de ouvir tão bem. Quando te querias afastar do mundo, reduziste a tua capacidade de audição de modo a não te deixares distrair. O hábito simplesmente persistiu e tu agarraste-te a ele à medida que a situação continuou. Bem, devido a determinadas circunstâncias e conflitos que tiveste com o teu marido no passado desta vida, não querias ouvir o que ele tinha a dizer. Tinhas deixado de lhe dar ouvidos, pelo que com relação a ele em especial, começaste a sentir problemas auditivos. Até certo ponto, isso também está ligado à tua filha Ruth e à outra rapariga.

Quero dizer-te aquilo que sei dos teus dias, e a seguir dir-te-ei o que precisarás fazer para os alterar. Estás a começar a organizar a tua vida em torno da fraca audição que tens. Estás a começar a torná-los característicos nesse aspeto. Estás a começar a forçar os outros a relacionar-se contigo nesse âmbito. Bom, é óbvio que estás a fazer isso por estares a obter algo disso, e precisas descobrir o que é que eu ajudar-te-ei.

Precisas, antes de mais, desenvolver alguns dos poderes que tens. Estás a experimentá-los, porém, não os estás a usar conforme pretendes. A parte da organização em ti pretende que te organizes, e até ao momento ainda não o fizeste.

Fizeste a observação quando chegaste aqui esta noite de ainda não te encontrares vestida ao meio dia. Bom, o meu primeiro conselho caseiro é o de que deves levantar-te a horas decentes e vestir-te de imediato, e “vestir mesmo.” Não é nenhum robe que quero dizer. Isso eleva-te de imediato a imagem que tens de ti, e deixa-te preparada para o dia. É todo um “padrão”.

Bom, no que toca aos medos que tens, nos períodos de depressão por que passas, sentes não teres empregado as capacidades que tens de uma forma “responsável.” Até certo ponto sentes-te uma hipócrita, por em Nova Jérsia, segundo creio, pelo menos antes de te mudares para aqui, falaste da tua escrita porém não a trabalhaste de uma forma organizada. Não a dirigiste.

Em períodos de depressão sentes que a tua vida, nos seus aspetos principais, são passado, e que tu perdeste tempo — um tempo importante que sentes não poder recuperar. Todos esses medos operam em conjunto na criação da presente dificuldade. Bom. Não há quem te modifique a vida por ti. Mas tu podes alterá-la. E nisso reside a tua esperança e salvação. Pelo que deverás começar a tratar disso. Estás agora a organizar a tua vida em torno do defeito auditivo que tens. No principal, estás, uma vez mais, a forçar os demais a relacionar-se contigo a esse respeito. Referes isso com frequência. Suscitas isso nas conversas que tens. Digo-te aqui, porém, que “de outra forma” não seria notado, por também exagerares a medida da perda auditiva. Não digo que não se tenha verificado uma perda. Estou a dizer que exageras a perda patente.

Há diversas coisas que te pedirei que faças. Primeiro, contudo, deverás começar por adorar o ruído (som). Não debes concentrar-te no pensar no “Não consigo ouvir.” “Que é que há para escutar?” “Que é que estás a dizer?” “Quão má está a minha audição hoje?” Em vez disso precisas desfrutar sensualmente dos sons que te chegam, e chegar mesmo a imaginar sons quando te encontras a sós. Pois bem, isso irá condicionar-te automaticamente o íntimo para a antecipação de mais sons. Precisas dispensar pelo menos uma hora por dia em que não penses na perda da audição, mas vou-te dar umas sugestões com respeito a conseguires isso. Mas precisas reservar algum tempo para descontraíres da concentração constante nos aspetos negativos.

(Mary:) Isso não quer dizer tempo para dormir?

Não.

(Mary:) Nesse caso tu. . . Nesse caso entendo que não sugeres uma operação?

Anda não cheguei a essa parte.

(Mary:) Desculpa lá.

Contudo, vou deixar que faças um intervalo.

(Mary:) Obrigado.

(Durante este intervalo, eu falei à Jane e ao Rob de quando era muito nova - dez ou onze anos. A janela do meu quarto distava pouco mais de meio metro do bloco dos meus pais. O escândalo na altura eram as ruidosas e violentas discussões de um casal Italiano, Anna e Jimmy. Caso a Anna não cozesse os ovos do Jimmy corretamente, ela passaria a amaldiçoá-la, e ela retaliava atirando-lhe com os restos de comida da

Mãe, enquanto ambos não paravam de berrar. Durante toda a minha vida pensei que as pessoas boas e civilizadas não levantavam a voz, nem se irritavam a ponto de isso dar nas vistas, nem exhibir nenhum tipo de explosão emocional. O Jim, creio bem, pensa (ou pensava) o mesmo. As pouquíssimas vezes, no começo do nosso casamento, em que eu perderia a paciência, era quando ele me deixava enfurecida ao me dizer baixinho, com um sorriso pretensioso: “Génio, génio!” e eu calava-me.)

Estou simplesmente a apontar certas características. Tu guardas rancor, e ressentiste-te em particular, várias vezes, com respeito ao teu marido durante um certo tempo. Entretanto ele mudou.

(Mary:) Eu estou a perceber isso.

Ele está a tentar chegar a ti.

(Mary:) Pois, eu sei disso.

Desde então, contudo, começaste a fechar-te e a dizer: “Não lhe vou dar mais ouvidos.” Por conseguinte, precisas aprender a perdoar mais, tanto a ti própria como aos outros. Há igualmente uns certos conflitos de tipo bastante natural entre ti e a tua filha Ruth, que possui igualmente fortes capacidades de organização e potencialidades artísticas, como tu. Agora, em certas ocasiões, ressenteste-te dos modos que ela tem para contigo. E ressenteste-te até ficares amarga. Ao mesmo tempo, as tuas próprias ações permitem que isso seja suscitado da parte dela. Tu sabes quando o fazes que tal reação resulta, mas faze-lo à mesma. Nesse dilema particular o teu marido mete-se a intermediário.

A outra moça — *(Mary, de 15 anos)* Eu vejo-a em termos figurados al lado do teu marido; não tanto quanto tu com a Ruth. Independentemente da tua quinta, tu, na tua ideia, sentes-te “dispersa” — que não estás a fazer o suficiente noutros sentidos, mas não estás muito certa quanto a que outro sentido. Senteste-te bloqueada. Estás a fazer duas coisas com isso dos ouvidos, evidentemente. Estás a dizer a ti própria que queres ouvir. A outra parte de ti está a dizer: “Não quero ouvir!” “Não quero ouvir aquilo que tens a dizer.” Estás, por conseguinte, a emitir mensagens contraditórias. Isso responde pela diminuição da audição.

Agora, antes do teu marido ter mais vontade de comunicar, antes de ele fazer um esforço, tu deixaste-te cair na tua própria rotina. Não procuraste relacionar-te com ele por qualquer maneira mais evidente. Deixas que a relação permaneça pela rama. Durante muito tempo isso prestou-se aos vossos propósitos. Depois, contudo, quando te mudaste uma situação crítica estabeleceu-se, em que ambos foram lançados. Isso suscitou de imediato os conflitos que tinham estado latentes e em larga medida deixados em paz. Então, ele procurou relacionar-se contigo. Procurou compensar pelo tempo perdido, e começou a crescer e a compreender. Até certo ponto, isso “ameaçou-te,” por estares acostumada ao velho

relacionamento. Pelo menos sentiste-te segura com isso. Tinhas desistido de esperar da sua parte, e sentiste receio de seres machucada uma vez mais.

(Mary:) *É verdade.*

Ora bem. Como resultado, começaste esta retração. Os problemas internos podem ser enfrentados e resolvidos. Agora, nenhum problema é resolvido “para sempre.” As situações são resolvidas, porém, e crescem e desenvolvem-se e alteram-se, se o permitires.

Os teus ouvidos, a tua audição, melhorará quando perceberes é uma causa interna e quando trouxeres o problema à luz, bem como quando usares certas técnicas que são simples coadjuvantes. Quando as utilizares, poderás melhorar sem qualquer operação.

(Mary:) *Ótimo.*

Se não fizeres isso, não melhorará ainda que te submetas a uma operação. Bem, não estou a dizer que a operação não possa ajudar temporariamente. Mas sem alterares a atitude que assumes, isso não irá ajudar em medida nenhuma que te compense. Porém, a decisão, entende. . .

(Mary:) *O quê?*

Mas a decisão. . .

(Mary:) *Sim. . .?*

. . .Precisa vir de ti.

(Mary:) *Vou precisar decidir se quero a operação ou não. Certo?*

Vais mesmo. Eu não ta vou dar.

(Mary:) *Certo.*

Eu disse-te o que eu acho. A audição, estás a entender; o estado da audição, é entre outras coisas, um enunciado simbólico, físico, da falta de comunicação que tem existido entre ti e o teu marido. Fica somente sabendo que és tu quem não dá ouvidos. Contudo, essa é a única causa da condição. O “hábito” foi definido no passado quando te “retraíste” com relação ao ruído que não querias escutar. Tens o hábito de bloqueares os sons.

(Mary:) *Nesta vida?*

Nesta vida material. Tens o hábito de bloqueares o ruído. Bem, poderás mesmo dar por ti se fores suficientemente alerta ao fazê-lo pela sensação que tens. Numa conversa — agora presta-me atenção — numa conversa em que decides que os ruídos aborrecem, quando tomas parte nela, dás por ti a pensar: “Isto é chato. Não me vou dar ao trabalho de escutar. É muita maçada.” Ora bem, tu achas que essas ideias te acodem por te ser tão difícil escutar. Porém é ao inverso, tiveste ideias essas muito antes da deficiência se manifestar. Pensaste isso primeiro, antes da condição se instalar. E sempre que o aborrecimento se evidenciou, tu procedias a uma série de decisões no sentido de bloqueares o ruído até essas decisões, uma atrás da outra, por fim te “condicionarem”; tu foste quem te condicionaste no sentido de deixar de escutar. O problema está em

que passado um tempo, entendes, tu te condicionaste tão bem que deixaste de controlar o processo que tu iniciaste. E somente então ficaste assustada.

Bom, tu tinhas uma pergunta.

(Mary:) Achas que a condição se alterou para melhor em digamos, desde as últimas semanas, quando o meu marido e eu combinamos, por exemplo, na coisa da redação dos cheques; não passar cheques por dinheiro e de seguida. . . de modo que podíamos controlar o dinheiro. . . creio que isso me ajudará a. . .

O dinheiro também representou um símbolo de comunicação na medida em que ambos. Não foi o dinheiro, mas as tuas ideias com relação ao dinheiro. E os choques que resultaram.

A questão foi. . .

(Mary:) Achas que. . .?

a comunicação.

(Mary:) Pois sim. . . Achas. . . Tenha uma sensação; de que as coisas começaram a mudar para melhor na comunicação das últimas semanas — a esse respeito.

Toda a vez que fazem um esforço sincero — ambos, por comunicar — a situação começa a melhorar.

(Mary:) Foi essa a sensação que tive.

Precisas querer, contudo, aceitar o que quer que resulte da comunicação. Da primeira vez que se torna desagradável, não poderás, da seguinte dizer: “desta vez não vou dar ouvidos.”

(Mary:) Preciso dar ouvidos. . .

Ou então retrais-te.

(Mary:) Preciso dar ouvidos. . .

Bom, escuta. Tu não me estás a “dar atenção.” Tal como ages para comigo tu também fazes com o teu marido e outros. E tu não me estás a dar tanto ouvidos quanto a pensar na tua pergunta seguinte e no que vais querer dizer.

(Mary:) Desculpa.

Só o menciono para mostrar a forma como operas. E nesta situação torna-se óbvio. É uma característica. Por vezes sentes tal impaciência por expressar as tuas ideias que não escutas os outros. Além disso, amiúde, não ligas, com toda a sinceridade àquilo que eles pensam.

Bom, isto não se refere necessariamente a mim, aqui. Mas se não te importar aquilo que pensam, então, mais uma vez, não darás atenção. Observa-te — em meio à conversa. Não quero dizer para te observares de forma estanque que não consigas raciocinar, mas para observares as próprias reações que tens e o que pensas. Questiona-te com sinceridade em meio às situações: “Eu querei ouvir? E caso não queira, por que razão?”

Bom, vou deixar que faças um intervalo.

Bom. Amiúde, utilizas o som como uma barreira. Além disso, usas monólogos, e ergues uma barreira sonora a fim de te protegeres dos demais. Mas não percebes que fazes isso. Ergues barreiras como paredes — pelo que alguém que queira comunicar contigo não possa chegar a ti, não consiga encontrar um “furo” na tua conversa e chegue até ti. E quanto mais nervosa te sentires, com maior frenesim ergues a barreira do som. Usas o som como barreira, pois, e quando te sentes duplamente ameaçada, então deixas de ouvir que vêm de fora, mas retrais-te em relação a eles. Toda a “gestalt de som” se torna, pois, altamente importante para ti no teu mecanismo de sobrevivência. Usa-lo a fim de te protegeres quer erguendo som tu própria para te protegeres das comunicações que te chegam, ou quando isso falha, pela recusa — recusa de ouvir.

Precisas, pois, questionar-te da origem dessa atitude carregada que usas para com o som, e da razão porque a usas dessa forma. Mas eu vou-te dar alguns indícios.

Tu própria referiste alguns. Para ti, o ruído, desde a tua tenra idade, era de evitar. O som não transmitia prazer. Não pensavas em termos de comunicação de prazer. Para ti tornou-se num método de transmissão de comunicação desagradável, e por isso a cerrar sempre que possível. Verás que se começares a cultivar o prazer do som, isto te auxiliará.

Começa a tocar a música de que gostas. Escuta a chuva. Não “escutes” simplesmente, mas permite-te abrir-te para o diferente tamborinar padrões sonoros que a chuva provoca. Deixa-te fascinar com os comportamentos do som. Diz a ti própria que o som é como a luz; que é igualmente disponível.

Bem, certa gente não gosta de ver vistas ou objetos desagradáveis, mas muito pouca gente deixaria de usar a visão ou abrir mão de lindas vistas de forma a deixar de ver as feias. Contudo, é isso que estás a fazer presentemente.

Experimenta. . .

(Mary:) *Experimento?*

Aprenda a falar com facilidade e devagar. Comunicas com facilidade e perfeição na escrita que fazes por não envolveres o som. A capacidade de comunicação é dom que possuis, e és altamente dotada a esse respeito. Estás simplesmente a descartar a comunicação ao nível do som. Assim que o perceberes e compreenderes, poderás começar a descontrair a esse respeito.

Estás a negar a ti própria uma certa alegria na tua própria presença feminina, e por diversas razões. Com um certo propósito fazes por ver que não és fisicamente tão atraente quanto sabes que és. Minimizas os teus atributos, ao invés de investires neles. Tens-te sentido preocupada e assustada com os aspetos femininos da tua personalidade. Bom, parte disso tem que ver com a situação que existiu entre ti e o teu marido, e até certo

ponto com a situação conforme agora existe. Existe um fluxo livre de comunicação desprovido de palavras, que tu bloqueias.

Ora bem, em certa medida tu punes o teu marido pelas atitudes do seu passado ao deixares de parecer tão atraente quanto poderias. Tu pensas: “Presta-se-lhe como uma luva! Do que é que ele estava à espera?” Ao mesmo tempo, receias que, se não pareceres tão atraente, quanto podes, venhas de novo a ser magoada por ele, e não queres correr tal risco.

(Nota: Num dos intervalos, reparei em duas ou três velas pousadas no tabuleiro do café da Jane. Eu disse que estava contente por as velas estarem ali, por adorar acendê-las, e nas poucas vezes que o fiz, nas festas de Natal, o Jim sempre se aborreceu com a menção do risco de incêndio — mesmo quando tinha convidados à mesa.)

O episódio que referiste, por exemplo, com respeito à vela. Na tua ideia, esse é um gesto romântico, e quando faz um comentário com respeito ao fogo, ele envolve certas implicações inconscientes que tu fazes, e isso no passado foi entendido por ambos ao nível inconsciente. Agora, tu interpretas a observação que ele faz com relação à vela como querendo dizer que ele rejeita os teus profundos sentimentos românticos e necessidades românticas; e além disso, que o fogo quer dizer que tais necessidades são perigosas — o medo que ele sente do fogo é um símbolo de “Perigo!” inconscientemente tu pensas que ele te esteja a dizer: “Essas necessidades românticas são perigosas. Podem provocar um incêndio que não se possa controlar, por os incêndios serem obviamente destrutivos.”

Essa é a interpretação que tu fazes, a um nível profundo, de tais observações. Isso confirma a sensação de que não ousas exhibir emoções fortes para com ele, pelo que tanto mais te sentes rejeitada. Quando acendes a vela, estás a submete-lo a um teste a ver até que ponto ele alinha contigo, e sempre que ele faz o comentário da possibilidade de incêndio, tu acata-la como uma rejeição de todo a tua esfera romântica, e da situação do romantismo. Ao mesmo tempo tal negação fere-te, por também sofreres disso. Ele é muito mais aberto a esse título, agora do que antes, e tem uma melhor compreensão do seu comportamento emocional, assim como o teu.

Bom. Tu podes ser uma mulher bastante atraente, e podes arranjar o cabelo; podes sobrevalorizar os teus atributos, e tu sabes disso. Isso há de alterar automaticamente a situação, entendes, por não vires a alterar os aspetos físicos a menos que um reconhecimento íntimo te não tenha primeiro levado a tanto. Mais te levará a sentir enriquecida por isso, emocionalmente mais enriquecida com isso, a despeito da reação que o teu marido mostrar.

Quero que dêes atenção a esta sessão. Sugiro que, caso possas, que a passes para o papel, e a leias igualmente. E uma vez por dia, durante um tempo. Agora vou deixar que faças um intervalo.

Tu comes em excesso, a fim de compensares pelas outras alegrias que te não permites. Se começasses a pintar durante uma hora por dia, não terias tanta necessidade de comer tanto. Quando trazes comida e bebida contigo, estás a fazer duas coisas. Estás a carregar contigo o teu próprio “cobertor de segurança,” por um motivo. Também mostra que te sentes insegura e apavorada fora do teu ambiente caseiro, e que precisas carregar contigo alimento dela. Bom, a alegria que experimentas quando pintas tu hás de sentir, e ela não te há de deixar quer permaneças em casa ou vás a casa de mais alguém. Não precisarás preocupar-te em “carregá-la” contigo. Conforme provavelmente suspeitas, o comer em excesso é uma das indulgências que te permites, e mesmo quando o cercas de todos os tipos de tabus.

Não é o facto de comeres em excesso, e de te sentires desesperadamente apavorada por comeres em excesso — por causa da história da tua irmã. Tu não comes em excesso simplesmente qualquer tipo de comida, mas rodeias o próprio comer de tabus, pelo que tem que ser “comida pura,” comida boa, na tua maneira de pensar. E há alimentos que comerás e alimentos que sejam “bons”, na tua ideia, enquanto outros são “péssimos.” Para ti isso quer necessária ou unicamente dizer que seja boa ou má para o organismo, mas em si, tu passas-lhe características morais como haverias de o fazer com relação às pessoas. De modo que por debaixo de toda a atitude subjaz a ideia: “Esta é uma comida má,” e passível de ser afastada conforme afastarias uma pessoa má, nesse âmbito de ideias.

Isso sucede de modo a que não desfrutes muito da tua indulgência! Bem, até agora tens negado uma boa porção da tua audição por o som poder ser desagradável, e estendendo isso um pouco mais, pode igualmente ser “mau.” Conhecês a história dos três macaquinhos que diziam “não ver o mal,” etc. Tu simplesmente enfatizaste o aspecto de não “ouvir o mal.” Acrescentaste-lhe o facto de não te permitires saciar a alegria, ou actividades prazenteiras. A menos que possas racionalizar contigo própria e dizer: “Estou a fazer isto por mais alguém,” e essa é a única razão por que te permites trabalhar com os colares que fizeste. Podias ter dito: “Estou a fazer isto para os membros das aulas” e por conseguinte justificar o prazer.

O que aqui o nosso amigo te disse, (o Robert) é com efeito verdade. Precisas perceber que és um indivíduo abençoado e único, e precisas ser para ti própria tão amável, e mais amável ainda, do que procuras ser para os outros. Porque eles também se banham na alegria que tu sentes. É muito importante que tu entendas isso.

(Mary:) Estou a começar.

O livro que compraste, *Psycho Cibernetics*, (Psicocibernética, ou *Liberte a Sua Personalidade*, de Maxwell Maltz) mais o outro — ambos são bons títulos para ti. Mas não os leias simplesmente. Utiliza-os. Cada um

deles aborda diversos problemas a partir de diferentes pontos de vista. Mas juntos eles hão de ser de uma grande ajuda. Uma vez que tu própria deste início e origem a essas reações tu própria pode-las alterar. E pode-as alterar a partir deste instante.

Imagina, a título de experimento, um mundo desprovido de sons. Não imagines que és surda. Não é isso que estou a dizer. Mas imagina que o próprio mundo não engloba som nenhum que as pessoas possam escutar. Estás a ver a diferença?

Estás a imaginar uma situação em que não há ruído para ser escutado; quer tenhas ou não ouvidos, não há ruído algum. A seguir, imagina que, de repente, cai uma gota de chuva e provoca o primeiro som. . . o primeiro ruído que poderia ser escutado. Imagina o impacto e a beleza desse ruído. A seguir lentamente imagina outros ruídos a surgir pelo mundo, a aparecer da mesma forma que uma flor, de modo que os sons começam a surgir no universo. Imagina, pois, a alegria de escutar esse som num mundo que nenhum conhecia.

Todos os sons que imaginariamente chegarem até ti, sente-lhes o brilho e o milagre ao irromperem do silêncio. E de seguida dá graças por um mundo de ruídos, e permite-te deleitar-te por viveres num mundo desses, onde o som faz parte do teu ambiente e entorno. Em tudo isso não faças nada com respeito aos teus ouvidos, mas procede ao exercício de imaginação exatamente conforme o sugeri. Isso por si só, feito uma vez por dia, ajudar-te-á a edificar a alegria e o prodígio desse sentido particular.

Agora tu podes com efeito progredir, e já progrediste em muitos aspetos desde que começaste a frequentar as aulas da Jane. E o mesmo o teu marido. Levou-te algum tempo a desenvolver esses hábitos com tal persistência. E do mesmo modo tu podes alterá-los, recorrendo à mesma persistência e determinação.

Bem, tu usaste a energia que a tua colega de aulas (Eleanor) te direcionou para outros fins generalizados. Conquanto não quisesses escutar, a energia dela não te podia forçar a escutar. Com efeito, tu haverias de erguer automaticamente uma defesa, por considerares não escutar uma coisa importante para a tua própria sobrevivência. O exercício que te sugeri, se seguido, ajudar-te-á a abrir-te o suficiente de modo que a energia que te é direcionada poderá ser usada para essa dificuldade específica. Mas enquanto recusares escutar, haverás de considerar a energia que te é direcionada em particular a fim de te levar a escutar igualmente uma ameaça à tua sobrevivência, e haverias de estar determinada a bloqueá-la. Precisas perceber que a tua sobrevivência depende do desfrute completo de todos os teus sentidos. A leitura da sessão por si só deveria levar-te a perceber isso.

(Mary:) Posso fazer uma pergunta? Durante quanto tempo por dia, deverei praticar o que acabaste de sugerir?

Enquanto for aprazível. Ou seja, não mais que meia hora, no máximo.

(Mary:) *Mais uma hora de pintura todos os dias?*

Deves, com efeito.

(Mary:) *Isso vai ser um prazer.*

Aprecia a pintura. E o exercício — não te esforces com ele. Bom, usa bem a tua imaginação. Imagina esses novos ruídos conforme vierem ao teu encontro, até te sentires tonta

(Mary:) *Deverei fazer algo de específico com relação a, digamos, ir até ao lar dos Velhos (Old Ladies Home) tocar piano para eles?*

Se o fizeres, isso será ótimo. Mas não é tão importante quanto a pintura. Fazer coisas para os outros é importante, mas fazer coisas, conforme o nosso amigo Robert disse, para ti própria, é imperativo. Se fores alegre, auxiliarás os outros simplesmente por meio daquilo que és. Se procurares ajudar os outros e fores uma pessoa desencorajada, que se entrega ao desânimo, não as ajudarás.

(Mary:) *Estou a começar a entender o que queres dizer.*

Segue todas as sugestões que te dei, porém, inclusive “vestir-te pela manhã.”

(Mary:) *O quê. . . pela manhã?*

(Seth e Robert me uníssono:) Vestir-te pela manhã.

(Mary: A rir) *Está bem, vou seguir isso.*

E sair de casa.

(Mary:) *Pois é, devia sair mais de casa.*

Leva a pintura até ao exterior, um dia destes. Pensa no quão preciosas as vozes são! Nos vossos termos, elas falam, e os sons passam para não mais ser recapturados. E quem somos nós para dizer: “Não vou escutar, por ser trivial.” Esses sons são magia. Dá graças por eles existirem. Nunca mais voltarás a ser a personalidade que és neste instante. O que quer que vieres a ser, nos vossos termos, ou tiveres sido, cada aspeto desses da tua personalidade são únicos, tal como tu és única.

Quando o ouves a falar (ao Robert), as palavras que em prega constituem a assinatura (*característica*) mágica da psique, materializada por certas formas neste momento conforme vocês entendem o tempo, preciosas e uma joia de se escutar. E o mesmo são as palavras de todo indivíduo masculino ou feminino, e o piar de todo pássaro e das gotas de chuva — preciosas para além da lembrança. Assim, não vos fecheis a esses sons, e dai graças por eles existirem.

Tens tido receio de exhibir emoção. Pensas que as lágrimas sejam sinal de covardia. Tiveste relutância de enfrentar as tuas próprias emoções, pelo que sentes pavor e face das emoções dos outros. Em termos de habitualidade nunca mostraste as tuas emoções ao teu marido. Bom ele poderia muito bem expressar-te algumas das dele, contudo, desabituiu-se. Tu não as querias ouvir. Consideras as lágrimas coisa “degradante.” No

passado consideraste a alegria um “mal,” o que te não deixou muitas emoções aceitáveis.

(A Mary esboça um ligeiro sorriso.)

É verdade.

Bom, não existe nada de degradante nas lágrimas. Pensa nelas, mais uma vez, tão aturais quanto a chuva que refresca o solo e as lágrimas podem refrescar a alma quando as depressões são soltas para seguir o seu curso natural. Então, com efeito, poderão escorrer em lágrimas que a alma sai refrescada. Não “guardam rancor.” Sempre que abrigas ressentimento assemelhas-te a uma pequena nuvem negra que diz: “Vou-me agarrar a este ressentimento, e não o vou soltar.” Porém, as nuvens têm mais sentido que isso, e tão logo descarregam o seu conteúdo a terra sai refrescada. Do mesmo modo poderão as lágrimas refrescar o solo da vossa psique. Mas empregues de certo modo, as lágrimas verterão naturalmente e permitirão, caso me perdoes uma frase banal, que o “sol da alegria resplandeça”. Caso contrário a nuvem tornar-se-á mais e mais negra até o sol não mais poder ser visto, e até que o sol, quando vislumbrado, pareça errado, fora de contexto, e não pareça aparecer em tal cenário enegrecido. E tu vais e procuras escondê-lo.

Se não confiares nas tuas emoções, aí não mais poderás confiar mais na tua alegria. E se procurares ocultar o teu medo, aí, ocultarás automaticamente a tua alegria. Assim que começares a inibir as emoções, a prática dispersar-se-á que nem praga, até todas as emoções passarem a ser inibidas, a menos que aquela coisa que receias mostre a carranca.

Bom; a dificuldade que tens com o pé. . . teve uma configuração reencarnatória, originalmente, conforme eu referi. Mas não houve razão porque teve que aparecer nesta vida, particular.

(Mary:) A dificuldade com quê?

O pé.

(Mary:) Ah, o pé!

Teve origem numa vida passada, conforme mencionei, mas não precisou voltar a afirmar-se, agora. Contudo, prestou-se aos propósitos que tinhas. Mas também representou um outro método de retraimento. Não precisavas entrar num ambiente estranho, longe do lar e da terra. Bom, antecedeu as dificuldades que tiveste com a audição na sua forma mais robusta, mas os “hábitos” sempre estiveram contigo. Tu sempre “favoreceste” um pé mais do que o outro, e desenvolves reação muscular. Quando começaste a “desimpedir” o teu pé — quando obtiveste os sapatos novos — a tua audição passou a dar-te mais problemas. Passaste a precisar mais de uma muleta a fim de compensar o sintoma que perderas, simplesmente por não compreenderes as razões existentes por detrás das dificuldades. E se não tiveres compreensão, poderás livrar-te, em termos

médicos, de uma condição, somente para tornar certo que tens outra planeada para lhe tomar o lugar!

Foste por fim conduzida a um tipo qualquer de desespero, pelo que aceitaste os sapatos novos. Usaste o símbolo. Poderias ter-te sentido bastante confortável sem o sapato novo, porém o símbolo era um bom símbolo, pelo que o usaste e tiraste vantagem dele. Mas aí deixaste-te assustar, e isso foi quando a dificuldade com a audição tanto te incomodou. Não irás precisar substituir sintomas desse modo, à medida que aprenderes a observar-te.

Dei-te muitos indícios esta noite, mas assim que escutares a sessão e as observações que eu fiz, embora pareçam diminutas — toma nota delas.

(Mary:) Está bem.

Eu vou dar a sessão por encerrada. Contudo, quero dizer-te, uma vez mais, que tu progrediste. Não há razão para que não consigas resolver as coisas, e porque a relação entre ti e o teu marido não continue a melhorar. Vós estais ambos a sair-vos bem. As aulas da Jane são excelentes para vós ambos, não só por causa do grupo particular que acolhe, e das questões, mas também por te proporcionar um contato com os demais num contexto diferente. Tira-te do ambiente em que estás. Também conduz ambos a uma experiência diferente.

Bom, vou-lhes desejar as boas noites. Mas estás a ver, afinal de contas não foi tão mau quanto isso.

(Mary ri:) Não, não foi. Muito obrigado.

Tu simplesmente tens um certo trabalho a fazer.

(Mary:) Muito obrigado. E eu vou-me esforçar a sério por fazer o trabalho.

(Mantive a cassete aberta um pouco para o Robert.)

(Rob:). . . a questão responde automaticamente a ela própria — com respeito à tua operação. Lembraste-te disso?

(Mary:) Estou a seguir-te.

(Rob:) O Seth disse que te poderias decidir com respeito à operação.

(Mary:) Pois foi. Que eu podia. . .

Só um pequeno aspeto. Tu tens vindo a castigar-te com habitualidade pela forma como abordas a experiência médica. A ideia de uma operação, por um lado, assusta-te. Por outro lado, achas que é um “castigo para estes meus ouvidos que não funcionam.” O mesmo se aplicou à boca. Nesse caso, mais uma vez, a atitude provocou a reação.

Eu não te estou a dizer para te deixares de tratar em termos médicos quando crês precisar dele. Estou a dizer-te que frequentemente usas o tratamento médico como uma forma adicional de punição. Amiúde, usas o tratamento médico como uma nova garantia. Ainda não tens muita certeza de que crias a tua própria realidade, mas entretanto queres deixar certo que a profissão médica te pode ajudar!

(Mary:) Ah, estou a entender. Não sei o que dizer ao meu médico assim que penso que ele sugerir uma operação. Não sei que lhe diga. Digo-lhe que vou pensar a respeito?

Eu deixaria isso em aberto, e a ti própria aberta. Tenta os experimentos que te sugeri.

(Mary:) Por só ter mais dez dias até ter o teste da audição, e ter a sensação de que ele vai querer que esse especialista lá vá e opere.

Por ora, eu esqueceria a data limite. Isso só te irá deixar nervosa.

(Mary:) Certo.

Não deves iniciar estes experimentos que te sugeri com a ideia de que: “Bem, preciso apressar-me.”

(Mary:) Pois é. Eu só não sabia o que dizer ao médico. Por ele poder exigir uma declaração de quando deverei obter uma operação, e eu não — ainda não me decidi se quero ou não ser operada.

Eu poria isso de parte, se é que me pedes conselho.

(Mary:) Pois; obrigado.

Não tomes uma decisão até teres mais certeza nas tuas ideias.

(Mary:) Eu creio que tu podes. Em todo o caso, o atraso não o irá prejudicar, nessa área particular. E sem que alteres a tua atitude, a operação não irá ajudar. Estás a entender?

(Mary:) Estou, sim. Foi o que pensei que querias dizer, igualmente, há pouco.

Nesse caso, desejo-te uma boa noite. Os meus calorosos cumprimentos ali para o nosso amigo (Rob), que esta noite não precisou fazer notas.

(Mary:) Muito obrigado, Seth.

Bom, espera lá. Espera um instante. Vamos ter um pequeno canto Sumari de cura.

(Mary:) Tudo bem.

(O Sumari lá veio com uma canção amável.)

Nota final: A Mary não foi operada para aliviar a infeção no ouvido, embora o problema tenha ocorrido até Setembro de 1979, quando um exame feito por um otorrinolaringologista revelou que a infeção finalmente havia desaparecido. No entanto, a Mary reporta que “um teste de áudio descobriu que a minha perda auditiva era a mesma [45-50%], além do início da surdez dos nervos auditivos.”

(A Mary decidiu começar a usar aparelhos auditivos em 1973, e agora está a ponderar seriamente outra operação ao ouvido, chamada estapedectomia, na qual ossos artificiais do ouvido interno são implantados no lugar dos calcificados. A Mary observa que a estapedectomia “é para melhorar a audição, enquanto a operação [sugerida anteriormente] era para aliviar a infeção. . . não pode fazer uma

estapedectomia a menos que tenhamos os ouvidos livres de infecção [como os ouvidos de Mary agora estão]."

(A Mary e o Lawrence estão agora a morar em Albuquerque, Novo México, onde até recentemente a Mary foi escriturária no gabinete do Corpo de Engenheiros do Exército; o Lawrence é transcritor de dados do Departamento de Saúde, Educação e Bem-Estar. A Mary reporta "uma grande variedade de amigos. . . [com quem] fazemos muitas visitas e comunicamos." Ela também está a ter aulas de arte e recentemente concluiu um curso de educação de adultos sobre "Mulheres Escritoras do Século XX."

("Aprendemos que há muitas vantagens em viver numa cidade relativamente grande," diz a Mary sobre o seu novo ambiente movimentado. "Algum dia poderá ser divertido viver [de novo] numa área rural, mas a questão é: em que circunstâncias?"

(Eu mostrei um pouco da minha arte à Jane e ao Rob, e os meus dois blocos de desenho da Pensilvânia, e parti um pouco antes da meia-noite com muito em que pensar.)

SESSÃO ELIMINADA

14 DE JUNHO DE 1972

Ora bem, dá-nos um momento, e começaremos com facilidade.

Como sabes, a Jane concentra a sua energia e foco, e não os dispersa. Isso aplica-se tanto a pessoas como a interesses profundos.

Assim que se convenceu da validade da experiência psíquica e das suas capacidades, todas as atitudes lúdicas a abandonaram. Agarrou-se a isso tenazmente e adicionou-o ao trabalho então inquestionado ao qual, até então, havia dedicado a sua principal atenção.

A personalidade é tal que sempre se volta para dentro. Não adota facilmente o que considera passatempos ou atividades frívolas que ajudariam a desviar e libertar as energias. Preocupa-se constantemente com o seu trabalho e tudo o que ele envolve.

A busca pela verdade, no início, foi realizada dentro do âmbito da igreja. De certa forma, foi recompensado pelo pensamento convencional e punido pelo pensamento não convencional. A sua poesia foi aceite e elogiada artisticamente, quando as ideias concordavam com o dogma.

A igreja era um apoio dentro do lar contra a sua mãe. Quando a poesia foi criticada, a Jane teve medo de que esse apoio fosse retirado. As ideias foram consideradas extremamente perigosas. Não eram tratadas levianamente. Até certo ponto, a Jane equipara-me a um Padre Traynor, só que mais conhecedor.

Por isso, sente-se altamente perturbada se não aceitar todos os meus pontos de vista tal como os refere e faz questão de repetir essa rebeldia agora de uma forma diferente. Sugiro que feches a tua janela e liguês a ventoinha...

A Igreja Católica, aliás, como ela a conhecia, embora admitisse a experiência mística, desconfiava altamente dela a esse respeito. Foi reconhecida como uma personalidade demasiado intensa, emotiva e mística, e, até certo ponto, foi alvo de desconfiança.

A busca pela verdade e o medo de conduzir as pessoas ao erro são as questões primordiais aqui. No passado, quaisquer pensamentos intuitivos que sentisse, mas não conseguisse provar eram colocados na área da ficção. Isso protegia-a da censura, tanto interior como de fora.

Dá-nos tempo... A transmissão do material em si, nas nossas sessões, agora, não a incomoda essencialmente. Ela tem receio de levar as pessoas a perderem a fé. Isso foi considerado o pecado dos pecados. Sentiu-se profundamente traída, particularmente pelo Padre Doran, e resolveu nunca trair os outros dessa maneira.

Está mais perturbada do que percebe com a opinião de outros, especialistas na área, de que mexer com fenómenos psíquicos é coisa que para muita gente é perigosa. Isso acrescenta combustível ao receio de que está, de facto, a conduzi-las ao erro.

Uma carta de alguém que escreveu a dizer que *O Material de Seth* contribuiu para um colapso nervoso é um exemplo disso.

Ela assume demasiada responsabilidade sobre os ombros. Definitivamente, não gosta da conotação religiosa, e é apenas aqui que surgem problemas... Estamos a fazer o que podemos para manter o canal aberto enquanto vemos o que podemos fazer.

O que ela quer fazer é usar as suas capacidades para abrir os caminhos para uma compreensão clara da natureza da alma, embora não tenha usado esse termo durante muito tempo. Ela também sabe que esses canais afastam outras pessoas, especificamente, da Igreja Católica. Interrogava-se se aquilo que pode oferecer poderia compensar o que elas poderiam perder. Antes de o material se tornar público, isso incomodava-a, mas não tanto quanto isso. Preocupava-a quando via pessoas a recorrerem ao material da mesma forma que poderiam recorrer a uma igreja, simplesmente substituindo uma pela outra, sem nunca realmente experimentarem os conceitos por si próprias.

O material que recebeste dela estava absolutamente correto. Num outro nível, ela receava que o relacionamento que têm comigo fosse o resultado de uma fraude inconsciente, um engano, que ela de facto se tivesse tornado uma falsa profetisa e te tivesse enganado e a todos os outros, incluindo a si própria.

Isto ficou a dever-se, por um lado, ao facto de ter observado aquilo que considerava serem as duas faces do Padre Doran, que enganava os outros na sua pregação e depois revelava características completamente opostas. A qualidade do material em si impediu-a muitas vezes de admitir esse sentimento. A experiência na convenção de escritores também teve um impacto aí, assim como os comentários do jovem psicólogo mais tarde— tudo isso foi aceite por causa dos sentimentos de inferioridade colhidos na infância.

Ela tentava avançar e, ao mesmo tempo, deixar de avançar. Não abandonaria o trabalho psíquico. Nunca o fará. A questão pública é que trouxe à tona a ideia da falsa profetisa. Agora, ela tem feito penitência nos seus próprios termos: jejum, conforme creio que se chama.

Os seus sentimentos impediram-na de avançar o suficiente para permitir que a sua experiência psíquica respondesse a algumas das suas dúvidas, mas estava demasiado convencida da validade do seu trabalho para o abandonar.

Algum do meu material é de aceitação difícil, intuitiva e intelectualmente, ao mesmo tempo. Pode captar intuitivamente um aspeto e não o compreender intelectualmente, ou o contrário. Mas a Jane insiste em que deve compreender cada aspeto, tanto intelectual como intuitivamente, e concordar com ele, caso contrário coloca-se na posição de divulgar ideias das quais não tem cem por cento a certeza quanto à sua validade, e considera isso, até certo ponto, desonesto. Se estiver errada e as pessoas a seguirem, para onde as estará a conduzir? Por isso, às vezes, em períodos como esse, adia as sessões. O material sobre os três Cristos afeta-a particularmente dessa forma, pois negar a ideia convencional de Cristo é antagonizar não apenas o catolicismo, mas a crença cristã básica. O mesmo material, apresentado ficcionalmente, não o incomodaria nem um pouco. Ela sustenta a ideia, entendes? Tem medo de ser atacada, ou de que o seu trabalho seja atacado, por essa razão, da mesma forma que a sua poesia foi.

A diferença está no seguinte: ele não apresentava a poesia como uma verdade a ser seguida pelas pessoas.

Muitas ideias estão a ser apresentadas em '*Oversoul Seven*'* para contornar essa dificuldade. Ele foi ensinado, nos termos da igreja, sobre as terríveis consequências de perder a sua alma, e temia levar as pessoas ao erro sempre que abordava áreas religiosas. No entanto, acreditava o suficiente nas suas capacidades e no seu trabalho para continuar, apesar do profundo dilema.

O livro de ESP deixou-a oficialmente sob escrutínio. As pessoas que lhe escrevem por causa dos seus livros incomodam-na profundamente, pois ela pensa que a veem como uma profetisa. E se não puder ajudá-las, sente-se como uma falsa profetisa, ao oferecer esperança e, praticamente, em determinadas situações, ser incapaz de a dar.

Quando a amiga *Venice McCullough*** se suicidou há algum tempo, isso afetou-a profundamente, porquanto fizera uma sessão e ela não impedira o suicídio. Os seus sintomas agravaram-se nessa altura. Ele desfruta muito da experiência psíquica e intuitiva em si mesma, do avanço, mas depois começa a preocupar-se com a forma como as ideias serão usadas e interpretadas.

**(Oversoul Seven é o personagem de ficção científica de Jane.)*

*** (NT: Em cujo lar a Jane falou, era estudante dela e mulher de Howard McCullough, que padecia de cancro)*

Podes fazer uma pausa.

Estas áreas têm sido amplamente inexploradas. Ele precisa de ser convencida, e de convencer-se a si própria, de que o seu trabalho está realmente a ajudar os outros, pois está a conduzi-los para a verdade e para longe da distorção.

Argumentos prontos em favor do lado contrário foram assumidos por ela emocionalmente. Uma parte forte dela sabe bem que a teologia cristã está longe de ser uma resposta completa, que Cristo não era o filho do Deus Uno; a outra parte da Jane ainda é afetada por essas crenças, e ela não se dava conta disso.

As crenças emocionais não podiam, pois, ser alcançadas. Deve ser feito um esforço concentrado para obter o apoio da parte dela que compreende. Os seus próprios argumentos racionais ajudarão. Aponta-lhos. Suscita argumentos a favor desse lado. Parte disso também tem que ver com o facto de que todo o apoio que recebeu no orfanato católico de St. Vincent foi fornecido por uma ordem religiosa. *(Durante mais de dois anos.)*

Intelectualmente, ela alterou as perspetivas que tinha. Intuitivamente, avançou. O choque com os aspetos emocionais ocorreu apenas quando um sistema de pensamento parecia estar formulado de forma a opor-se às crenças emocionais iniciais.

A igreja em si mudou nesse período. Os sentimentos devem ser trazidos à superfície para que possam ser abordados à luz das ideias atuais que tem, intuitivas e intelectuais. Isto é extremamente importante. Precisas ajudá-la a contrariá-los. Ela tem receio de magoar as pessoas ao lhes abalar as crenças. Em certos momentos, foi-lhe dito que não teria um bom fim se continuasse com as ideias independentes.

Intelectualmente, continuou. Tem receio de estar a criar uma nova religião. Num dos vossos encontros, pelo menos, encoraja-a a fazer uma associação livre, a dizer livremente o que lhe vem à mente sobre os seus sentimentos com respeito aos três Cristos e também sobre as ideias do Anticristo. Deixa que emirjam livremente. Depois, trabalha-as. Ela tem medo de enfrentar a cristandade e espera receber cartas de ódio por causa da referência aos três Cristos.

De forma bastante simples, sentiu-se profundamente comprometida e assustada ao mesmo tempo. O velho dilema da Caixa de Pandora. Depois de abrir a porta do conhecimento, o que poderia surgir através dela? Sugiro também que, em qualquer ocasião em que surjam sentimentos assustadores, ela os invoque, se sinta à vontade para os associar livremente e deixá-los emergir.

(Posso fazer uma pergunta?)

Claro que podes.

(“Como é que as ideias emocionais iniciais não foram influenciadas, ou pelo menos modificadas, por toda a atividade intuitiva e intelectual e pelas novas ideias que se desenvolveram e ocorreram nos últimos anos?”)

Porque essas ideias foram formadas num momento anterior ao desenvolvimento das suas habilidades intelectuais e intuitivas, e não constituíam um problema até que essas novas capacidades pareceram encontrar um sistema de pensamento que se opunha às crenças emocionais subjacentes. Até então não havia conflito.

Enquanto mantinha a Igreja, ela sabia que sempre poderia voltar a ela. Estabelecer um novo sistema de pensamento que considerasse em oposição tornaria isso impossível. Tens mais com que trabalhar do que imaginas quando isto é compreendido, pois também existem fortes impulsos emocionais em direção ao desejo de verdade, que podem ser combinados com os primeiros lançados – mas estes devem primeiro ser libertados e compreendidos.

Eis o fim da sessão desta noite.

(“Boa noite, Seth.”)

(11:27. Acho que o Seth não respondeu totalmente à pergunta que fiz acima na página anterior, mas optei por não insistir no ponto neste momento.)

SESSÃO APAGADA

17 DE JULHO DE 1972

Ora bem—

(*“Boa noite, Seth.”*)

Boa noite. Tenho muitas coisas a dizer, e algumas terão de ser continuadas, mal começadas nesta noite.

Primeiro, começaremos com o Nebene. Ele era um homem de propósito firme, altamente dedicado, um perfeccionista severo que se impunha a si próprio e aos alunos. Era um místico, mas um místico dado a uma grande disciplina, negação, contenção. Reprimiu muitos dos seus impulsos mais fortes para poder concentrá-los na sua busca e no trabalho a que se dedicava.

Ele viu, no seu tempo, como o chamado misticismo e até a dedicação desprovida de disciplina, poderiam dissipar energia, distorcer verdades e perverter causas. Estava bem ciente de que a energia elevada poderia perder-se através da dispersão. Por isso, represou a sua própria energia, soltando-a apenas no canal profundo, mas estreito, do seu interesse. Tinha pouco apreço pela espontaneidade. Tinha receio dela.

Os teus métodos funcionaram muito bem na transcrição dos seus registos e na purificação das suas traduções. Ele receava que a espontaneidade pudesse levá-lo a alterar certas transcrições do passado. No entanto, os seus métodos não funcionavam tão bem no contacto pessoal com os seus alunos.

Ao lidares com esses registos, desconfiavas da criatividade, pois temias que pudesse levar a alterações originais, quando, em vez disso, uma interpretação literal se apresentava necessária. No entanto, ele também era um homem criativo, pelo que tinha conflitos internos, e forçava a criatividade a ocupar uma posição secundária e fraca.

O dilema era, pois, rugia entre a verdade—uma tradução literal de registos antigos—ou uma abordagem criativa que poderia levar à falsificação. Ele desconfiava muito da criatividade dentro de si. Através da disciplina, acreditava ter essa criatividade suspeita sob controlo. Receavas que os teus alunos não tivessem a mesma integridade, por isso eras extremamente severo ao lidar com originalidade por parte deles, considerando-a uma ameaça. Foste, de facto, um mestre rigoroso.

Agora, quando conheceste a Jane—e traçarei aqui elos de ligação—reconheceste as fortes capacidades criativas e apreciaste-as, encorajaste-as. Mas, dentro de ti, através dessa associação, os resquícios do Nebene despertaram. Sabias que essas capacidades deveriam ser usadas.

Contudo, o Nebene em ti estava absolutamente certo de que também deveriam ser disciplinadas, mantidas sob controle e vigiadas com cuidado. O mesmo se aplicava às tuas próprias capacidades criativas, onde, durante

algum tempo, qualquer desvio de uma ilustração pictórica literal te parecia errado ou inadequado. Algumas informações pessoais que te dei sobre a relação que tens com o seu pai nesta vida também se enquadram aqui.

Bem, o Nebene era despertado sempre que via as capacidades mais espontâneas da Jane manifestar-se. A Jane reconheceu o Nebene dentro de ti quando se encontraram pela primeira vez. A Jane estava a dançar de forma bastante espontânea e, para piorar, um pouco embriagada. Sentiu-o distante e crítico do “desperdício” de energia, a observar, mas sem se deixar levar como os outros homens. Uma parte de ti apreciava o desempenho, mas uma parte (*a do Nebene*) criticava internamente a utilização indisciplinada de tal energia.

Nesta vida, a Jane temia a lassidão ou falta de energia íntima que sentias por causa dos comentários da tua mãe sobre o teu pai. Ele conhecia as suas próprias capacidades. Receava não ter a sabedoria para as usar com prudência. Deviam ser apreciadas, mas não gastas de forma atolamada. Tu apreciava-las. O Nebene dentro de ti poderia contar com a garantia de que elas não fossem desperdiçadas.

Conheceste a Jane no passado, na pele do Nebene, e ela era, então, uma dançarina.

(“*Quando foi essa vida?*”)

Foi na tua vida do Nebene. Vamos aos detalhes com o nosso tempo. Morreste, creio eu, pouco depois da época de Cristo—isto é, algures entre 35 e 50 d.C. Tiveste um relacionamento o qual o Nebene não aprovava, um relacionamento sexual. Havia inúmeros cultos na época, e a Jane, enquanto mulher, era uma sacerdotisa-prostituta—o termo não é exato—de um culto particularmente sensorial ligado à região de Constantinopla (*Turquia*).

Era emotiva, irrestrita, entregue a orgias. Sentiu-se irresistivelmente atraída por isso, e o poder das suas tendências reprimidas impulsionavam-na para a libertação. Assim, tiveste uma vida secreta, desconhecida dos teus alunos durante algum tempo. Isso explodiu repentinamente aos 45 anos e durou dez anos. Durante esse período, não tiveste respeito por ti próprio.

A Jane tinha nove anos quando isso começou, algo comum naquela época, aliás. (*Fiquei surpreendido com a idade, etc.*) Durante algum tempo na tua relação nesta vida, o Nebene forneceu-te um enquadramento para conteres as tuas próprias emoções iniciais com os teus pais.

Nesta vida, equiparaste a tua própria criatividade ao perigo, de certa forma. Em primeiro lugar, a criatividade do teu pai, as suas invenções, não lhe trouxeram reconhecimento nem dinheiro, nos termos da tua mãe. A criatividade, no caso da tua mãe, simplesmente irrompia em ataques emocionais, igualmente perigosos e improdutivos. Canalizaste a tua criatividade para a banda desenhada, onde eras socialmente aceitável e também angariarias reconhecimento nos termos da tua sociedade—dinheiro.

Aqui, o Nebene dentro de ti veio em teu auxílio. Ficou horrorizado com o facto de a sua capacidade, embora disciplinada, carecer do propósito e da busca pela verdade e significado que ele considerava essenciais. A Jane, com elevados ideais juvenis e um forte senso de propósito, entrou então na tua vida. Foi aceite por ti e pelo Nebene. O Nebene acreditava que o propósito salvaria as tuas capacidades.

Já tinha falado dentro de ti, despertando a sua insatisfação. A Jane, que no passado o tinha desviado, agora conduzi-lo-ia a um propósito elevado e à dedicação. Vocês os dois, o Ruburt (a Jane) e o Rob, já tinham feito acordos, como sabes. O Nebene, no entanto, guardava rancor, assim como o Ruburt —ou seja, a atual Jane. A Jane não guarda rancores.

O Nebene, embora grato à Jane, rapidamente deixou que outros aspetos interferissem quando decidiu abandonar a banda desenhada e dedicar-se à pintura, que ele considerava mais digna. Mas, então, receou que a espontaneidade da Jane o desviasse do curso que ele próprio lhe havia traçado, e começou a exercer um controlo mais apertado.

Parte desse controlo também se devia às tentativas que envidaste no sentido de a ajudar com a família, de a afastar de emoções perturbadoras, como quando regressou a Sayre depois de Nova Iorque. A Jane, no entanto, reagiu violentamente contra esse bloqueio das reações emocionais. Foi então que sentiu verdadeiramente a força que era o Nebene.

Agora, em certas ocasiões, as partes excessivamente conscienciosas da Jane concordavam veementemente com os ditames do Nebene. Devido às tuas capacidades psíquicas, a Jane captava essas qualidades com grande precisão. Muitas vezes, pareciam-lhe tão diferentes das suas próprias ações num dado momento que ficava extremamente confusa e desconfiava das suas próprias reações.

Num nível completamente diferente, claro, o Nebene e a Sharabena (*a Jane daquele período Romano*)—não perguntes sobre a ortografia agora—compreendiam-se muito bem, e ela costumava provocá-lo.

Independentemente da interpretação que a Jane queira dar ao que estou a dizer, quer aceite ou não a influência da reencarnação, o facto é que o que estou a dizer tem uma realidade psicológica que nenhum de vocês pode negar, e que age constantemente nas vossas vidas.

Agora preciso falar através da Jane. Não posso, pois, avançar de forma desordenada, sem considerar o seu próprio funcionamento psicológico. Em algumas ocasiões, os seus medos e a defesa de fez de ti impediram a receção de material excelente, e noutras, a sua defesa feroz de si própria fez o mesmo.

O medo dela com relação à verdade do material, vê bem, encaixava-se perfeitamente nas tendências do Nebene, e, de certa forma, eles também se aliaram. Faz uma pausa.

(Disse a Jane que, nos últimos dias, tinha estado a considerar o papel que o Nebene poderia desempenhar no nosso relacionamento nesta vida. No entanto, não mencionei isso à Jane em nenhuma das nossas conversas recentes. Retomamos às 21:56.)

Agora, tenho muito mais a dizer.

As características do Nebene manifestaram-se particularmente na transcrição do meu livro, claro, e no encontro com a tua amiga Sue. O Nebene ficou furioso porque a Jane não falava por ele. O Nebene queria falar através da Jane, conhecedor das suas capacidades, e a Jane recusou.

Contigo, o Nebene verificou os detalhes do livro. Isso colocou a Jane sob uma pressão adicional, e ela começou a rebelar-se ainda mais. Fizeste um comentário de que o livro saía prejudicado por grandes lacunas nas sessões, pela atitude da Jane, e assim por diante. A Jane sentiu, pois que estava a ser acusada novamente de um desempenho deficiente e, por outras razões, sentiu que, aos teus olhos, essas falhas tinham mais peso do que os méritos óbvios do livro.

Devido à tensão, e porque achar que a sua espontaneidade estava tão restringida, criou *Oversoul Seven* de forma desafiadora, onde o Nebene não poderia segui-lo; pura criatividade, pensou ela, sem detalhes fatuais que pudessem ser chamados em causa.

Uma bofetada na cara do Nebene, ao dizer:

“Aha, estou a usar as minhas capacidades de forma tão frívola quanto ousar, e vais receber muito pouco de mim.”

Ao mesmo tempo, sentia-se culpado, e o *Seven** está, independentemente disso, repleto de propósito.

*(Nota do Tradutor: *Seven* é personagem ficcional da obra citada.)

O *Seven*, em si mesmo, caracteriza-se por uma aversão aos detalhes e um total desrespeito pela formalidade. Ele é a personificação do lado espontâneo da Jane, frívolo de certa forma, mas, em definitiva repleto de propósito e liberdade.

No início, foste tu quem mencionou o resto da página ao Tam—entendes-me?

(“Não...”)

Depois da Jane recitar as suas primeiras frases—

(“Ah, sim.” *A primeira página de Seven.*)

—mas quando a Jane começou a escrever de modo festivo, falaste-lhe de forma bastante brusca, lembrando-lhe que estava a abandonar outros projetos para embarcar num novo, incentivada pelo entusiasmo do Tam. Implicando que ela estava a ser submissa.

O Nebene sente ciúmes da influência do Tam, por menor que seja, mas, mais uma vez, deixou claro que a reprovava. Agora, isso teve um impacto quando mais tarde asseguras à Jane que estavas encantado com o

projeto. Não mostraste a mesma carga emocional. Mas a carga foi registrada.

Um aparte: o comportamento da tua amiga Sue—ela também estava a desafiar o Nebene.

Agora, o histórico da Jane nesta vida, com as suas ideias de verdade e falsidade, enquadrou-se perfeitamente com Nebene. O Nebene estava determinado a obter os detalhes corretos da reencarnação porque, nos seus termos, eram verdadeiros, enquanto a Jane estava determinada a evitá-los porque, nos seus termos, não eram verdadeiros.

Ambos, pois, têm algumas qualidades em comum. A Jane não gosta de ser restringida pelos detalhes. O Nebene insiste neles. A Jane acha que os detalhes muitas vezes atrapalham a intuição. O Nebene acha que são os degraus sólidos sobre os quais a intuição deve subir constantemente.

Agora, a tua principal falha (sublinhado) na lida que tens com a Jane é emocional. Não podes chamar à razão a parte dele que se sentiu profundamente magoada nem com a parte que se sentiu rejeitada. Nas tentativas que empreendeste de te explicar, usaste lógica e razão, quando, como já te disse antes, o problema era um sentimento de privação emocional. Ela não se sentiu privada intelectualmente.

Tens de te chegar a ela no único nível que tens evitado—através da expressão emocional sincera e, como já te disse muitas vezes, através do toque físico. Dispensei várias sessões apenas sobre esse tema. As emoções e o corpo físico estão tão interligados que um afeta automaticamente o outro. A Jane precisa de ser tranquilizada ao nível emocional e físico.

Sentiu-se ultrajada nesses níveis. Evitaste cuidadosamente esses aspetos nas tuas tentativas de resolver os problemas. Os músculos em si clamam por ser aliviados, e o toque físico, o relaxamento muscular, leva a uma libertação emocional. E uma libertação emocional conduz a um relaxamento muscular.

Bem, dá-nos um momento. Podes descansar a mão.

Tudo isso afetou as sessões e as reações que moveste a toda a experiência. Se refletires, verás muitos pontos de conexão. Nos últimos meses, não tiveram sessões. Nenhum de vocês ficou satisfeito. A Jane está profundamente comprometida com elas, apesar de todas essas nuances, e tu também.

Ela achou que muito tempo foi desperdiçado, mas hesitou, tentando ver se a ausência das sessões auxiliaria a tua saúde. Também se ressentiu da coerção implícita do Nebene. O Nebene ficou perturbado porque, com o teu próprio sentido de propósito, sentias que estavas a ser ignorado. A Jane sabia disso, mas recusou-se a prosseguir as sessões por sentir que estava a ser forçada.

O Nebene aprendeu algumas lições. Estava certo de que, se tivesse oportunidade, a Jane abandonaria as sessões de bom grado. Não confiavas

na consistência da Jane, percebes? Parte dos sintomas dos últimos meses surgiu e persistiu devido a essas ambiguidades. Portanto, houve pouca tentativa consistente de tranquilizar a natureza emocional da Jane ou de te chegares a ela ao nível emocional ou físico. Em vez disso, usaste a razão.

Em segundo lugar, o conflito sobre as sessões: a Jane achou que estava a perder tempo, por um lado, e, por outro, recusava-se a ser coagida.

Ele também sentiu que tu já tinhas reprovado o *Seth Speaks*, sem perceberes a conexão que tinhas com o Nebene. Faz uma pausa. Aliás, também é o Nebene quem não consegue compreender porque é que a natureza emocional da Jane não pode ser alcançada intelectualmente.

Agora, as ideias que tens sobre personalidade e o tempo ditaram o teu questionamento. Quando te encaras apenas como Robert Butts, limitas a sua realidade. As características do Nebene representam uma parte da tua realidade. Cabe-te a ti usar essas características da melhor forma possível, e elas podem ser muito úteis na tua existência atual.

As vidas são simultâneas. Em termos muito diferentes, o Nebene interroga-se da razão por que se sentiu preso ou restringido na sua situação de vida, tão devotado aos detalhes e à interpretação literal, enquanto possuía fortes tendências—que para ele eram tentações—para a criatividade e a espontaneidade.

Seja qual for a situação em que te encontres, seja qual for a “vida”, haverá diferentes focos de habilidades e conflitos que representam desafios. Tal como és agora, ajudaste o Nebene a compreender a importância da criatividade, assim como à Jane.

E, embora tenham havido conflitos severos, também houve compreensão em vários níveis e desenvolvimento. Com essa compreensão, podes agora usar as capacidades conforme desejares. Antes, pareciam ter uma energia própria, quase como se não fossem parte de ti. Da mesma forma, o Nebene também experienciou a sua criatividade como algo separado de si em certos momentos.

Usaste essas habilidades disciplinares de bom grado, e elas serviram-te bem nos primeiros anos como um quadro dentro do qual lidavas com a situação dos teus pais. Cabe a ti tornar-te consciente delas, perceber o seu valor, mas não permitir que bloqueiem outros aspetos da tua personalidade.

As características do Nebene também foram úteis nos primeiros dias das sessões em vários aspetos, mas não quero desviar-me do assunto. Quando as usa bem, considera-las completamente tuas.

(Eu só estou a interrogar-me quando isso acontece.)

Então não estás consciente delas. Elas misturam-se com os teus propósitos.

Agora direi que o Josef da Jane, em Seth, é uma aproximação muito boa de outra vida tua, bastante diferente, em que as emoções gozaram total liberdade – e tu também podes recorrer a essas características. Elas eram

calorosas, exuberantes. Usando-as, e tu possui-las, não terias dificuldade em te relacionar emocionalmente da forma que sugeri. Ao ajudares a Jane dessa maneira, entendes, libertas automaticamente porções da tua própria personalidade e habilidades que foram reprimidas, e isso faz parte de toda a situação.

Por outras razões, entre elas o facto de tu Rob, seres indisciplinado, não deste espontaneamente expressão a essa parte de ti próprio. Para ajudar a tua esposa, podes fazê-lo. Quero, pois, que saibas que esse comportamento emocional faz parte da tua natureza. Estou esta noite a lidar com o teu lado da questão porque ter sido impedido de o fazer no passado, e essa informação ser tão pertinente.

As qualidades emocionais também ajudarão o vosso próprio trabalho, é claro. Ambos serão mais livres com os sentimentos e na forma de os comunicar. Agora isso é suficiente para esta noite. Terás alguma pergunta em particular?

(Acho que não.)

Então vamos encerrar.

(Foi muito interessante.)

Os meus mais sinceros votos. E faço o melhor que posso por ti.

(Muito obrigado. Boa noite. Seth.)

(A Jane disse que lembrava pouco da transmissão, exceto que o Josef foi modelado a partir de uma vida minha. Então Seth retornou:)

Diz à Jane que eu disse para pensar neles (personagens) como existências simultâneas e esquecer a palavra reencarnação, se o preferir. Aliás, existências simultâneas aproxima-se muito mais da verdade da questão. Essas personalidades estão vivas no vosso agora, assim como estais vivos nelas agora. Elas são partes da vossa consciência, do vosso gestalt do ser. São personalidades individualizadas. Todos vocês extraem as vossas características da entidade única que é o banco da vossa personalidade.

(Boa noite, Seth. Obrigado.)

Agora deixa que acrescente várias questões importantes, abordadas anteriormente. Antes de tudo, dei-lhes muitas sessões subordinadas ao problema de diferentes ângulos. As sugestões dadas, se todas tivessem sido seguidas consistentemente – e nenhuma foi –, teriam levado a uma compreensão que culminaria na recuperação da Jane. Portanto, além das razões apresentadas esta noite, há também questões abordadas anteriormente, como a concentração em aspetos negativos, e os métodos fornecidos anteriormente para contrariar isso serão igualmente úteis.

A sensação de desamparo que a Jane sente adicionou-se recentemente aos seus sintomas. Ora bem. Ele pessoalmente utiliza programas e incentivos. Ele precisa do senso que tens de propósito. Nesta situação específica, no presente, retomar às sessões novamente é útil nesse contexto.

No entanto, os receios negativos de que ela não possa desempenhar o seu papel hipnotizam-lhe os músculos. As sugestões positivas são de grande valor junto com aquelas mudanças de comportamento mais profundas. Estás a acompanhar-me?

(Estou.)

A abordagem deve ser de incentivo carinhoso: “Podes. Tenta, que eu ajudar-te-ei.” Não “Deves.”

Eu simplesmente queria dar-te pelo menos uma ideia do quadro geral. *(Em tom de voz mais elevado.)*

(Boa noite, Seth. Obrigado.)

A sessão, para responder à pergunta silenciosa da Jane, não funcionará como magia por si só. Ela precisa ser utilizada.

(Sim, entendo.)

SESSÃO APAGADA

19 DE JULHO DE 1972

Boa noite.

(«Boa noite, Seth.»)

Agora teremos uma sessão relativamente breve, mas gostaria de vos dar alguns pontos imediatos importantes para trabalhar — não (bem-humorado) que não vos tenha dado suficiente material na outra noite.

O Ruburt tem de perceber que quanto mais fizer fisicamente, mais ágil fisicamente se tornará. A sua tranquilização física é necessária — isto é, ele precisa de ser tranquilizado de que, fisicamente, pode melhorar e desempenhar-se.

Dizer-lhe que estás de repente suficientemente furioso ou zangado para insistir em mudanças não é, obviamente, a abordagem. Ele já achava que estavas zangado que chegasse. A melhoria física, agora, nesse contexto *(sublinhado)*, significava outra coisa que estavas a exigir, mas não esperavas.

O encorajamento amoroso resultará. Por causa do material dado na outra noite e do próprio passado do Ruburt, foi isto que aconteceu no passado: ele haveria de mostrar alguma melhoria à medida que a tua atitude se tornasse mais amorosa. Ele continuava à procura de sinais de que tu levavas a sério a mudança — entendes-me?

(«Entendo.»)

Quando mostras impaciência com o progresso dele, era por vezes uma impaciência natural e, por vezes, a insatisfação do Nebene com um aluno que, com aquelas capacidades, devia fazer melhor. O Ruburt percebia de facto olhares demolidores nessas ocasiões. Nenhum de vós compreendia

devidamente as próprias reações. Mas o Ruburt entrava imediatamente em pânico.

Afinal, tu desaprovavas (*sublinhado*). Não estavas satisfeito com o seu desempenho, ele não correspondia às tuas expectativas. Ele equiparava então um desempenho físico normal, do ponto de vista da sua condição, a um desempenho perfeito impossível, sentindo que nada menos que a perfeição te agradaria.

Estou a expor isto para que compreendam, ambos. Tu insistirias que ele reagia em demasia, que ninguém devia ser tão sugestionável. Ele voltaria a pensar no rótulo abjeto, não teria utilidade para si próprio e acharia tudo inútil. Se, ao mesmo tempo, te mostravas excessivamente crítico — para ele, agora — de um manuscrito, por exemplo, ou das sessões que ele falhava, então parecia que lhe negavas a aprovação da única pessoa cuja integridade ele confiava.

À sua maneira, claro, ele também é perfeccionista e sentia-se muito aquém. Não stresses tanto que ele tem de sair, mas sim as coisas por que saís: ir aos teus bares, às compras ou o que seja.

Os estímulos encontrados lá fora suscitarão automaticamente resposta e despertarão outras razões para sair. O estímulo agora é muito limitado. Uma vez em lojas, por exemplo, renova-se o impulso de comprar. A mente vira-se automaticamente para coisas que gostaria.

Beberem um copo juntos no quintal é diferente de sair, porque é a espontaneidade de sair que deve ser encorajada.

A dificuldade manifestou-se no Ruburt em consonância com o estilo de vida a que ambos estavam habituados. Não saíeis sem uma razão. A ideia era evitar tarefas, tempo retirado ao trabalho, a convivência banal com vizinhos. Nunca sentiste responsabilidade de sair, mas responsabilidade de ficar em casa e trabalhar.

Dizer ao Ruburt que tem a responsabilidade de sair é uma ideia nova. Em vez disso, reacende os desejos espontâneos normais que ele tinha de sair, apesar da responsabilidade que sentia de ficar. Sempre se sentiu culpado por apanhar sol, por exemplo.

Ambos tiveram de anuir, até certo ponto, à situação. Ele não escolheu, por exemplo, uma via de ação, nem sequer física, que fosse contra o vosso estilo de vida ou ideias, mas teceu-as habilmente em ideias que ambos inicialmente acreditavam profundamente. Quando estavas a trabalhar particularmente na Artistic, não podias dizer que ele andava por aí a vadiar e a não usar as suas capacidades. Lá estava ele na sua cadeira. Não podia sair dela.

Agora, dêem-nos um momento... As percepções que ele teve ontem foram bastante legítimas e mostram por que foi tão prontamente ao encontro das tuas projeções. Antes, a sua natureza espontânea, o desejo de convívio social, o simples amor pela diversão, eram suficientemente fortes

para superar os sentimentos interiores que o faziam afastar-se das pessoas. Quando estes foram minados, surgiram as inferioridades e ele começou a evitar pessoas.

Parecia-te que não tinhas especial apreço pela vizinhança, particularmente. Isto acompanhava ideias de dedicação ao trabalho. Aqui precisas de uma nota referente às percepções do Ruburt de ontem. (Quando a Jane queimou o dedo com vapor de uma batata assada.)

Ele não deve ser tratado com paninhos quentes. Não estou a dizer isso; o encorajamento emocional, porém, é importante. Mais cedo, ele sentia que tu o retinhas porque tinhas pouca utilidade para quem precisasse disso, que pedir tal coisa era impossível à partida. Não podias exigi-la.

No geral, ele sentia que terias ainda menos apreço por ele, que valorizavas demasiado a independência individual e o orgulho de conseguir sozinho.

O carro perdido, foi perdido — não é coincidência, tal como não o foi o teu comportamento durante a cheia. Sabes que escolheste a situação. É importante que seja comprado um carro novo o mais depressa possível. Ele sentia que o último foi comprado por ti para ires ter com os teus pais, a contragosto, que não terias comprado um «novo» para ele, por exemplo.

Isto tem raízes no Lincoln — percebes-me — e, mais tarde, quando não te ofereceste para o ir buscar ao infantário e lhe disseste, na mesma situação, que terias demasiado orgulho para aceitar boleia.

Estou a mencionar isto. Alguns são pormenores. São importantes. Se tu ou o Nebene alguma vez pensastes que os detalhes objetivos eram importantes, então vê quão importantes o Ruburt acha os subjetivos. Acendias-lhe cigarros, particularmente em público, mas não lhe abrias a porta do carro a menos que ele te pedisse, ou te lembrasses, quando isso o magoava ou humilhava.

Acender o próprio cigarro em público era o único gesto selvagem de independência que se permitia porque davas tanta importância a acendê-lo por ele. Ele estava a dizer: «Nas coisas grandes em que preciso de ajuda, muitas vezes recusas ajudar, e a tua ajuda é um gesto, como quando me acendes o cigarro, quando isso eu consigo fazer sozinho.» Portanto, se o Nebene é picuinhas com pormenores e guarda ressentimentos, também o nosso amigo o fazia.

Agora podem fazer uma pausa. E não me deixes reter-te demasiado. (*«Estou bem.»*)

Tudo se resume ao facto de ele pensar e sentir que não o ajudarias, mas exigias que usasse as suas próprias capacidades e se ajudasse independentemente de ti. Seguraste-lhe o braço uma vez enquanto atravessava uma rua movimentada, creio que em Cobleskill, e ele nunca o esqueceu. Noutras alturas dizias «Tem cuidado», impacientemente, «Vê por onde andas. Não vês aquele carro?», quando ele simplesmente não

conseguia virar-se tão depressa e estava apavorado. Houve outras ocasiões em que lhe seguraste o braço e o ajudaste e ele lembra-se de cada uma.

A ideia dele era traçar o seu curso, esperar conseguir chegar ao outro lado da rua e que os carros o vissem.

Ele tem uma vergonha profunda de que o vejas descer as escadas, porque receia a tua desaprovação. Teme que o vejas tal como é e «laves as mãos» de tal imperfeição. Seria de grande benefício que te oferecesses para o ajudar nas escadas quando não estiver ninguém por perto.

(«Pensei que ele não queria. Disse-mo muitas vezes.»)

Ele tem medo, mas, se visses o pior, como ele o imagina, e o aceitasses como é, e depois o ajudasses, poderá ficar contente em mostrar-te qualquer melhoria. A melhoria seguirá se as minhas sugestões forem seguidas e se ambos compreenderem as razões tal como foram dadas.

Agora. Algumas destas reações extremas por parte do Ruburt foram provocadas pela sua compreensão psíquica do Nebene, pelo que não conseguia comunicar contigo adequadamente. Se reagisses como o Nebene, mais tarde racionalizarias os resultados para ele — ao passo que ele saberia que, nesse caso (*sublinhado*), não estava a projetar e, por isso, não podia confiar nas suas reações para contigo.

A tua explicação de uma reação do Nebene seria depois tão razoável. Não conseguias compreender a sua insistência em que lhe lançaste um olhar devastador (*sublinhado*), mas ele sentiu-o, com a veemência por trás dele. Perante isso, tornava-se ele próprio veemente, teimoso, e decidido a combater em ti uma qualidade que, por outro lado, ele não acreditava sinceramente que possuísses.

Isto punha-o de sobreaviso, de modo que muitas vezes passava a interpretar mal observações corriqueiras que fazias. Se os dois não tivessem deixado a vossa comunicação esmorecer, tais mal-entendidos não teriam ocorrido.

O Ruburt interrompeu as nossas sessões de forma regular e com veemência depois de o Nebene se ter manifestado, perto do fim do livro (*Seth Fala*), na sala de estar.

Ora, tudo isto pode ser remediado pela interação de ambos e pela disponibilidade, de ambos, para o dar e receber e para não terem medo. Os dois tentam muitas vezes esconder-se no vosso trabalho da convivência diária normal com os outros e fazer com que o trabalho carregue o fardo da vossa humanidade. Levado ao extremo, isso só pode desumanizar a vossa arte.

Não te estou a dizer que a dedicação ao trabalho não seja boa, como sabes, mas ela não pode substituir todo o resto do interesse e comunicação humanos.

Agora despeço-me com votos de boa noite — e ainda há outras sessões que ambos poderão ler em vosso benefício.

(Ou seja, as suprimidas.)

E um dia não precisarão de mim para interpretar os vossos sentimentos um ao outro. Fá-lo-ão de forma direta, e as nossas sessões versarão outros assuntos.

(«Obrigado, Seth. Boa noite.» 23:07.)

SESSÃO APAGADA

31 DE JULHO DE 1972

(A Jane estava pronta para a sessão às 20:45, por isso sentámo-nos no nosso quarto para maior privacidade. O Seth não apareceu; contudo, a Jane disse que o sentia por perto em vários momentos. Finalmente, às 21:15, ela disse: «Armaram-me isto. Em vez de nos falar do assunto, o Seth está a deixar-me sentir as emoções daquela jovem com quem estiveste envolvido quando eras o Nebene, na época de Cristo...» Isto foi em, ou perto de, Constantinopla. O nome da rapariga era Sharabena, e ela era a Jane nessa vida, tal como eu era o Nebene.)

(Vê a sessão suprimida de 19 de julho de 1972. Agora a Jane parecia algo desconfortável. Disse pouco ao início, embora eu percebesse que estava a recordar material dessa relação passada. Na verdade, a relação em questão, embora chamada reencarnatóio, é paralela à nossa. Está a acontecer agora, não há dois mil anos. Sempre que menciono uma «vida passada», é isto que realmente quero dizer. A Jane também subscreve esta ideia.)

(O material seguinte é retirado de notas que fiz na altura, e da memória. Não foi gravado porque não estávamos preparados. Além disso, a Jane falou depressa demais muitas vezes para notas textuais palavra por palavra. Consequentemente, o que se cita também não está por ordem, embora isso não pareça importante neste caso. «Chamavam-nos Zaphorites, então», disse a Jane. «Apetece-me gritar e espernear.» Deu-me um pontapé muito leve no pé.

(Eu estava preparado caso ela entrasse numa fúria, mas isso não aconteceu. «Eu fazia xixi nas nossas túnicas — arrancavam-nas de nós», disse, «quando estávamos sozinhos. Tu querias que eu fizesse isso. Mas não querias ser visto em público comigo, mantinhas tudo em segredo. Tinhas vergonha de ser visto comigo — tal como agora ficaste envergonhado de ser visto comigo, depois de eu ter ficado com os meus sintomas... Eu até te amava então, como te amo agora.»)

(A Jane mostrou sintomas leves de raiva e ressentimento, que por vezes se tornaram um pouco mais veementes. Também sorriu. «Ora, é daí que veio o Sumari. Não vês? Eu cantava e dançava.» Aqui ela cantou algumas canções Sumari. Achei-as especialmente belas. Não eram altas,

mas muito melodiosas e de sílabas suaves. Entre as canções, falou comigo em Sumari. Durante esses episódios consegui seguir os significados com bastante facilidade; havia ritual, assim como paixão. Ao ouvir, senti um acentuado arrependimento e admirei-me de esta outra vida aparentemente ter assumido um lugar tão forte nas nossas «próprias» vidas. Perguntei à Jane sobre isso mais tarde.)

(«Eu era tão bonita, então», disse ela, «tão fisicamente perfeita que confiava nisso. Desdenhava de quem não fosse fisicamente perfeito. Não ligava aos mendigos, ou às pessoas que mostravam imperfeição... Eu costumava trocar de ti. Fui uma vez à tua escola: desfilei pelas tuas aulas e tu quase batestes no teto...»)

(«Estou pronta a deixar de ajustar contas agora, se tu também estiveres», disse a Jane em resposta a uma pergunta minha. «Agora, eu recebo as mensagens e tu tens de as escrever, enquanto antes tinhas os registos antigos e fazias tu próprio as cópias. Eu não era necessária, dessa maneira. Mas eu era espontânea, como sou agora, e tu precisavas disso então tal como precisas agora», disse com ênfase. «Eras muito rígido na maneira como fazias linhas, no teu trabalho. Era como se tudo fosse preto e branco, então. Desta vez, porém, estás a acrescentar às linhas, e eu queria estar aqui quando lhes pusesse carne através da tua pintura.»)

(«Escolheste o teu pai nesta vida porque, em muitos aspetos, eras como ele enquanto Nebene. E eu escolhi a minha mãe, que acabou por ficar inválida, por razões semelhantes, suponho. Também escolheste o teu pai para poderes observar uma situação familiar nesses termos, porque sabias que não ias ter filhos nesta vida. E o teu pai também não estava assim tão ansioso por ter filhos como poderias pensar, desta vez...»)

(Havia mais, claro, que não aponte, nem recorde, mas seguiria a mesma linha. Foi muito revelador. Serviu para me fazer pensar de novo que, quando tais memórias são recordadas conscientemente, os envolvidos ficam compelidos a lidar com elas. Senti uma forte depressão e arrependimento, como disse antes; podia ter feito mais perguntas. Não me apeteceu defender-me muitas vezes. Em resposta a uma pergunta, a Jane disse que, embora dados reencarnatórios permanecessem enterrados em muitos casos, ainda assim teriam de ser tratados, trabalhados na vida presente em termos presentes.)

(Fizemos uma pausa às 22:00. Nesse período, recebemos uma chamada do meu irmão Bill, em Rochester, Nova Iorque. Depois tivemos uma conversa que durou até às 22:25, quando o Seth apareceu.)

Ora bem, boa noite.

(«Boa noite, Seth.»)

— e começaremos a segunda parte da sessão desta noite. Falar em termos de dominar uma situação já formula a situação em maus termos.

(Uma observação que fiz durante a conversa, etc.)

Escolhem situações para aprender e compreender. Vocês os dois, agora, escolheram esse aspeto das vossas vidas em conjunto, nesta vida, para vos ajudar a compreender a relação significativa entre a espontaneidade, enquanto ligada às emoções e à criatividade, e a disciplina, enquanto ligada ao intelectual: sentir e compreender a tensão criativa que liga ambas, aprender os aspetos pessoais das relações emocionais à medida que afetam os outros, e o reflexo das emoções no esforço criativo. Tu serviste para ajudar o Ruburt a encontrar, nesta vida, direção. Ele também ajudou a estimular o teu próprio sentido de direção nos vossos primeiros tempos juntos, quando te afastaste da arte comercial.

A arte comercial servia as tuas emoções de forma bastante simples. Permitia-te libertar emoções de modos estereotipados e impessoais. Algumas situações, desenhadas, podiam ser de áreas altamente carregadas — as tiras do Spillane, por exemplo —, e ainda assim a libertação da emoção era estereotipada. Sabias que um dos propósitos do Ruburt seria insistir na expressão das tuas emoções a ele pessoalmente. Por causa de aspetos de outras vidas, sabias isto.

Ambos sabiam da tensão que também resultaria, pois tu resistirias, e bastante. Ele precisava, no entanto, de direção, e sabia que o ajudarias a dá-la. Irias ao máximo para ajudar a orientar a energia dele. Ele iria, e foi, bastante longe para te permitir começar a exprimir livremente a tua realidade emocional para com ele.

Todos estes propósitos e tensões eram patentes desde o dia em que se conheceram. Ele, e com razão — num certo enquadramento, agora —, pensou: «Quão doente tenho de ficar?»

Agora, deste-lhe grande ajuda a alcançar direção e não conseguias perceber por que razão ele não percebia isso, e que, naturalmente, estavas satisfeito com o seu progresso. Mas, na tua reação emocional (*sublinhado*), não mostraste o teu agrado. Começaste, agora, a alcançá-lo emocionalmente. Este é o teu objetivo, bem como o dele.

Sempre quiseste, nesta vida, exprimir-te emocionalmente dessa forma. Ensinaste-lhe como orientar as emoções no trabalho dele. Contudo, devido às tensões e aos desafios, e por outras razões relacionadas com esta existência, o Ruburt passou a reear que não te relacionasses com ele da forma emocional que a sua natureza exigia. Perguntaste-me como poderias relacionar-te com ele emocionalmente. Lembras-te, numa sessão recente?

(«*Sim.*»)

Agora digo-te que o estás a fazer.

É verdade (*como a Jane comentou*) que deixavas transparecer os teus sentimentos quando estavas zangado ou aborrecido.

Não podemos ter uma sessão até ao amanhecer. Quero dar-te, portanto, mais algumas sugestões imediatas. Tens, como sabes, lidado bem com o Ruburt desde as nossas últimas sessões. Ele precisou de algum

tempo para se certificar de que não voltarias atrás. Ele não quer que o trates como um bebé, nem eu. Preocupa-se que penses que ele quer isso.

O pé (*quando a Jane perdeu uma grande parte de um calo*) é um excelente sinal, e mostra-vos também aos dois o que a sugestão pode fazer. Referiste especificamente o pé, lembrando-o várias vezes, e isso reforçou as sugestões.

Agora, com o Ruburt — não necessariamente em geral —, sugestões específicas funcionam bem, quando não são exageradas, por exemplo, e o progresso serve então de reforço extra. Independentemente das razões, há hábitos de pensamento, em particular no que respeita aos sintomas, por exemplo. Os programas de Psycho-Cybernetics ajudá-lo-ão aí, des-hipnotizando-o. Se ele se imaginar agora, de forma leve e lúdica, a subir as escadas ou a descer, isso ajudará. Não deve dizer a si próprio «Da próxima faço bem», mas fazê-lo como um jogo, imaginativamente.

Deves ajudá-lo a perceber que, fisicamente, pode fazer mais do que julga. A vossa ligação emocional, agora, ajuda automaticamente. Muitas das vossas sessões antigas sobre esse tipo de assunto em particular serão benéficas. Novamente, comenta quaisquer melhoras. Não o julgues, neste ponto, em relação à tua ideia de desempenho perfeito.

(«*Não o faço.*»)

Agora. Dêem-nos um momento. (*Pausa.*)

Com a ligação emocional, e seguindo as sugestões dadas, haverá melhorias adicionais, e algumas bastante surpreendentes. Em termos de dinheiro, estarão bem, e confia no Ruburt em questões de dinheiro. O vosso «problema» de habitação ficará resolvido. Correr-vos-á bem.

O problema principal é a ligação emocional. Ora, embora isto se tenha mostrado nos sintomas do Ruburt, também se mostrou no teu trabalho. No entanto, não era um problema só teu, mas um desafio para ambos, como foi dito mais cedo na sessão. É importante que vejas isso claramente também; por isso, se tiveres perguntas, faz-m'as quando releres isto.

Agora, despeço-me com um sentido boa-noite — e a primeira parte da sessão foi sob os meus auspícios.

(«*Sim. Muito obrigado, Seth. Foi muito bom e muito apreciado. Boa noite.*»)

SESSÃO APAGADA

2 DE AGOSTO DE 1972

(«Anda lá», disse a Jane às 21:05, enquanto esperava que o Seth surgisse. Sentámo-nos para a sessão às 20:50, quando a Jane disse que estava pronta. Foi a primeira vez que a ouvi expressar impaciência com o Seth, como se todos tivessem de estar prontos quando quiséssemos uma sessão.)

(Por fim, às 21:15, a Jane «sentiu o Seth por perto». «Não estou a bloquear», repetiu várias vezes, reiterando que queria mesmo a sessão, dissesse ela o que dissesse.)

Ora bem. Boa noite.

(«Boa noite, Seth.»)

Tenho mais algumas sugestões.

Sem entrar agora em informações reencarnatórias: nesta vida o Ruburt ganhou o hábito de não exprimir fisicamente a emoção. Algumas das razões foram dadas noutras sessões. Era demonstrativo, mas não era demonstrativo fisicamente.

Medos e preocupações profundas não recebiam expressão física. Quando as tuas próprias comunicações ficaram algo limitadas, ele deixou de te exprimir preocupações e remoía por dentro. Precisa de perceber que pode, de facto, exprimir-se fisicamente.

Agora dêem-nos um momento. Sugiro, portanto, que ele faça um esforço para exprimir os seus estados de espírito, tanto de alegria como de tristeza, em termos físicos através do movimento corporal. Encoraja-o em atividades físicas. Mesmo pequenos êxitos, à medida que veja melhorias nítidas, terão grande valor interior. Experimentem, por exemplo, um simples jogo de lançar e apanhar, alguma libertação física em termos de atividade lúdica. Mesmo dançar devagar, por exemplo, até conseguir dançar rápido; mas o uso do ritmo corporal.

Ponham o rádio a tocar — outro exemplo — e dancem os dois em casa, se quiserem. O ambiente ao ar livre, porém, é bom. Quando as pernas o incomodam, elas querem atividade. Estou a tentar dar-te, novamente, alguns métodos imediatos e úteis.

O uso do vosso apartamento: ele pode com bastante facilidade inspirar-se nessa linha, mesmo na limpeza e tarefas, em que a atividade corporal é secundária em relação a outro objetivo secundário desejado. Quaisquer ideias deste tipo que te ocorram serão benéficas, mesmo que seja apenas fazê-lo, uma ou duas vezes por dia, caminhar o melhor que puder pelo corredor, para a frente e para trás.

O desejo de ir a sítios e fazer coisas, ou comprar coisas, ou ver pessoas — tudo isto é bom porque implica ação física. Evitam-se muitos dos bloqueios à ação quando o estímulo é bom. Segues-me?

(«Sim.» *Este é um ponto excelente.*)

Não deixes que o medo de que ele te falou esta noite volte a ficar abaixo da superfície.

(*À mesa do jantar, a Jane expressou um medo que, embora ambos dele estejamos bem cientes, ela raramente menciona: o de que não conseguirá recuperar, de que os sintomas foram longe de mais, andam por cá há demasiado tempo para uma recuperação total, etc. Isto é, de facto, material carregado.*)

Muitos estiveram em situações muito piores e curaram-se a si mesmos. Ele não deve sobrestimar os pontos fracos da sua condição. O medo pode levá-lo a fazê-lo, de modo que ele pareça fisicamente ainda bastante pior do que é. Isso não conduz a um retrato realista, mas sim a imagens terríveis de, por exemplo, ficar acamado.

Um olhar sensato sobre o quadro, portanto, mostrar-lhe-á que está de facto muito melhor do que essa imagem temida. Mais uma vez, tem de haver (*sublinhado*) uma concentração na saúde que tem e nas liberdades de que desfruta, pois estas conduzirão a maiores liberdades. Este é o lado dele do quadro neste momento, e o que deve fazer.

Agora. Ele está em vias de alcançar algo com a sua teoria dos Aspetos, mas a teoria ainda não está totalmente desenvolvida. O que tem até agora levá-lo-á ainda mais longe. Quando dactilografar o material recebido até agora, fará outras novas ligações.

(*A Jane recebeu o material sobre Aspetos, como lhe chama, durante dois dias imediatamente antes da inundação desastrosa que varreu Elmira entre 21 e 23 de junho de 1972.*)

Vejam o caderno do verão passado. Os métodos usados então funcionarão com muito maior eficácia agora por causa das outras informações que receberam e das mudanças necessárias na vossa relação que ocorreram.

Não esperem por provas. O Ruburt tem de agir como se tivesse os recursos, e então os recursos manifestam-se. Quando se apanhar a imaginar negativamente uma situação, deve reconhecer imediatamente isto como um padrão de hábito negativo. Em seguida, re-imaginar as circunstâncias, vendo-se a desempenhar-se adequadamente, mas sem dizer a si próprio que, portanto, tem de estar perfeitamente bem na próxima ocasião. Segues-me?

(«Sim.»)

Podem fazer a vossa pausa.

(*Na pausa, fiz à Jane algumas perguntas sobre as suas teorias dos Aspetos. Portou-se muito bem a discuti-las e acabou realmente entusiasmada. Disse que gostou muito de falar sobre as ideias. Retoma às 21:55.*)

Agora. A ênfase, vê-se, deve estar em fazer coisas, sem se preocupar com como serão feitas. No fim, não nos meios. É aqui que o Ruburt se confunde. Isso é extremamente importante.

(Sim. Este é um material excelente.)

Um pequeno exemplo. Se ele quiser cortinas novas ou roupa, então o estímulo ativa automaticamente o corpo para atuar. Já viste isso a funcionar. Quando, em vez disso, ele se concentra em como vai chegar à loja, está a concentrar-se nos meios.

Saiam de novo para os vossos estabelecimentos, onde o próprio ambiente é sugestivo, percebes. Não te preocupes se da primeira vez o nosso Ruburt não se desempenhar; nem ele o deve fazer, mas cultivem o ambiente em que isto é normal, e ele reagirá ao estímulo.

A ideia de um passeio fá-lo-á descer os degraus, ao passo que preocupar-se com como descerá os degraus não ajuda. São pontos pequenos, mas importantes. Já referi anteriormente o benefício dos grupos. Lembras-te — a troca de energia, e por aí fora.

(«Sim.»)

Uma concentração no trabalho dele, e não nos sintomas. É extremamente importante que ele compreenda isto e que quebre esse círculo. Queremos uma concentração agora para fora, afastada do eu, para que o eu se possa curar a si mesmo. Que ele volte a pintar, e com consistência. Ver-se-á a pintar de pé, ao cavalete.

A concentração fora do eu é o ponto mais importante que lhe posso dar agora. A concentração deve ser no trabalho, no prazer e nas atividades. Faz com que ele leia isto; e espero que siga estas sugestões tão bem quanto tu seguiste a informação que te dei. *(Enfático.)*

A atividade da aula é boa para ele agora. Ambas as aulas, e as mudanças que fez, são benéficas. Precisa da relação com as pessoas. Agora, dá-nos um momento.

Não lhe vou dizer para onde os Aspetos o conduzirão. Não lhe quero estragar a diversão. Quero, sim, que ele saiba que está no caminho de algo, e que isso o ajudará a compreender-me muito melhor.

Também devo abrir algumas experiências adicionais, tanto com o Seth II, como com Cyprus e com o Oversoul Seven. Estou, por agora, a deixar o nosso livro, mas iremos voltar a ele e com pleno consentimento do Ruburt. Gostaria de acrescentar aqui que, se ele tivesse seguido as minhas primeiras sugestões, não se teria envolvido com literatura espiritualista, nem com grupos ou indivíduos.

Podem fazer outra breve pausa.

Agora. Diz ao Ruburt que eu disse isto:

Ele é fisicamente capaz de se desempenhar agora com muito melhor flexibilidade do que faz, e com relativa facilidade e conforto físicos, nesta altura. Portanto, simplesmente hipnotizou-se a acreditar que não consegue.

Pede-lhe que tome isto por adquirido, que aceite a minha afirmação como verdadeira. Os métodos mais amplos dados esta noite permitir-lhe-ão, portanto, agir e desempenhar-se com muito mais facilidade e eficácia. A sua condição física (*sublinhado*) não é, portanto, tão má quanto parece. Acompanhas-me aqui?

(«*Sim.*»)

Há uma distinção. Agora. Usar o corpo tal como está agora, com as capacidades que tem, ajudará automaticamente a reajustar problemas físicos como as pernas encurvadas. Vês a diferença?

(«*Sim.*»)

Os músculos deixarão de lutar uns contra os outros. Agora, espero que tudo isto seja seguido. Estou, portanto, a estabelecer sugestão definida. Uma espécie de programa, e desta vez esperarei relatórios de progresso. Por outras palavras, diz-lhe, não estou a dar a sessão em meu benefício, mas no dele, e não para me ouvir falar. E sei que conto com a tua colaboração.

Se pensarem nisto — ambos agora, e é preciso — como um desafio criativo, isso será de grande benefício. Agora dá-nos um momento.

Quero ver os dias dele preenchidos com diferentes tipos de atividade, portanto. Não para que se sinta pressionado, não para que comecem a correr de um lado para o outro, mas para que a concentração seja conforme indicado.

E, se isto for feito, verão resultados. Já viram alguns. Os teus elogios são sempre a cereja no topo do bolo, e ele responde-lhes mais do que imaginas. Tu respondes aos elogios dele, percebes, e sempre te deleitaste neles.

Ele não deve, contudo, comparar a sua condição física com a tua, mas sentir-se a desdobrar-se e a abrir-se. Tens alguma pergunta?

(«*Não particularmente.*» *Porque o Seth fez um ótimo trabalho, etc.*)

Então deixarei que isto seja a nossa sessão desta noite.

(«*Está muito bom.*»)

Esperamos bons resultados e tu estás a ir mesmo muito bem, e deves desfrutar de uma abertura no teu próprio trabalho. As minhas mais cordiais saudações e uma sentida boa noite.

(«*Muito obrigado, Seth. O mesmo para ti, e boa noite.*» 22:40.)

SESSÃO APAGADA
7 DE AGOSTO DE 1972

(Hoje regressámos de uma visita de fim de semana ao meu irmão Dick, em Rochester, Nova Iorque. A minha mãe, que agora vive com o Dick e a mulher e a família, fez a viagem de volta com a Jane e comigo até ao parque de estacionamento em Enfield Glen, Ithaca, onde nos encontrámos com o meu outro irmão, o Loren. A Mãe foi transferida para o carro do Loren durante um intervalo numa tempestade de chuva intensa. Vai passar um par de semanas com o Loren e a mulher, a Betts, antes de regressar a Rochester.)

(Enquanto estávamos em Rochester, mencionei à Jane uma pergunta que achei que o Seth devia considerar. Segundo a cronologia de eventos que a Jane compôs a partir dos seus cadernos antigos no ano passado, os sintomas começaram antes da manifestação psíquica das suas capacidades. Na altura, este conhecimento foi uma surpresa para nós, já que tínhamos caído no hábito de pensar que os sintomas eram um desdobramento das capacidades psíquicas.)

(Numa sessão suprimida recente, o Seth disse-nos que os sintomas da Jane se aprofundaram depois de ela ter feito uma sessão para uma amiga de Venice McCullough há uns anos. A amiga suicidou-se e a Jane considerou a sessão um fracasso. A minha pergunta queria simplesmente explorar a relação entre o início dos sintomas antes do trabalho psíquico e o facto de um «fracasso» psíquico ter capacidade de os aprofundar. Embora eu pudesse fazer palpites intuitivos quanto a ligações aqui, preferi ouvir o que o Seth tinha a dizer.)

(Na nossa conversa antes da sessão, tive a sensação de que a Jane continuava a escorregar para longe da consideração direta da pergunta. Muitas vezes entrava em detalhe sobre a sessão suspeita, sem dizer nada sobre o facto de uma experiência psíquica poder agravar sintomas que tinham começado antes de o trabalho psíquico, per se, se ter tornado conhecimento consciente para nós.)

(Outra vez nos sentámos para a sessão antes das 21:00 e, outra vez, ela tardou a concretizar-se. Mesmo assim, a Jane disse-me que sentia o Seth por perto às 21:00. Às 21:20, contou-me a sensação de «tremor» que sentira no peito em Rochester, depois de eu ter mencionado pela primeira vez a pergunta acima. A Jane disse que, quando voltei a trazer a pergunta esta noite, sentiu o tremor regressar, embora desta vez estivesse mais abaixo no torso, na zona do estômago. Às 21:25, contudo, mesmo antes de a sessão começar, disse que a sensação estava melhor.)

Ora bem, boa noite.

(«Boa noite, Seth.»)

Quero que o Ruburt leia a sua última sessão diariamente (*de 2 de agosto de 1972*). Ele não o tem feito. Tentou, no entanto, seguir as sugestões, e isso deu-lhe algumas indicações sobre o seu estado de espírito subjetivo. Algumas melhorias, de facto, manifestaram-se. Mas a sessão inteira é importante e cada uma das sugestões está pensada para ele.

Ele não te contou as muitas vezes em que usou as minhas sugestões com bons resultados em Rochester, simplesmente porque, quando teve tempo para falar contigo, tinham surgido outros assuntos e ele esqueceu-se de alguns dos episódios.

Numa ocasião chegou quase muito perto da sensação de liberdade necessária, mas todas as sugestões precisam de ser seguidas, não apenas as que por acaso se lembra num dado momento. As sugestões são dadas de tal modo que uma torna a outra mais fácil de seguir. Funcionam, portanto, também como um grupo. Dá-nos um momento. Mais uma vez, a sessão a ser lida diariamente durante algum tempo. É muito importante que, quando ele se sinta apanhado num dilema — mover-se porque quer algo, ou não se mover porque pensa que vai doer — não prolongue o dilema, mas se mova apesar do seu estado de espírito no momento.

A sua ideia de tentar ajudar os outros foi boa. Isto envolveu movimento físico em Rochester. Ele dir-to-á. Terei algo a dizer sobre o caso que mencionaste, mas dá-nos uns momentos para isso.

Receio que o esteja a manter na linha com aquela sessão em particular. Se quer a minha ajuda, portanto, já não pode evitar seguir o meu conselho — e diz-lhe que sei que o tem feito, mas que tem de o fazer de modo mais completo, com essa sessão.

Estou a repetir-me por uma boa razão. A concentração tem de estar em projetos e, quanto mais a concentração for colocada em projetos, menos alimentará os sintomas. Pede-lhe que te conte os episódios de Rochester.

Agora, o caso da amiga da Venice envolveu de novo a ideia do falso profeta. Pareceu ao Ruburt, com a sua compreensão, que, se a sua informação vinha de uma fonte paranormal, e essa fonte era boa, então também tinha de se provar infalível, ou ele era um falso profeta. Sentiu-se também acusado por ti, acreditando que, se estivesse realmente a usar plenamente as suas capacidades, como tu querias, então teria sido providenciado um modo de a mulher não morrer.

Sentiu que o fardo recaía sobre ele, o que, claro, estava longe de ser o caso. Sentiu também que a Venice precisava da prova da recuperação completa dessa mulher, e achou que talvez as suas próprias dúvidas ou medos tivessem impedido a entrega da informação particular que poderia fazer a mulher decidir viver.

Toda a turma soube da sessão. Ele ficou desapontado comigo, também, achando que eu devia ter sido capaz de salvar a mulher. Ao mesmo tempo, ressentiu estar colocado nessa posição desde o princípio. A

mãe dele tentou o suicídio várias vezes. A um nível profundamente inconsciente, preocupava-o que, talvez simbolicamente, não quisesse salvar a mulher — que era, a propósito, mãe. Sentiu-se, em certa medida, responsável pelas tentativas de suicídio da própria mãe, e isso agravou a situação.

Sentiu que também te desiludira, percebes. Esperava ser um grande psíquico, nos seus termos, por essa altura. Mas um grande psíquico, percebes, devia ter sido capaz de ressuscitar os mortos e salvar os vivos. Esqueceu completamente que as personalidades têm as suas próprias escolhas a fazer. Tinha também andado a ler sobre a grande percentagem de sucessos com curandeiros pela fé, por exemplo, e considerou isto um fracasso pessoal de magnitude importante.

Ao mesmo tempo que sentia que também não seria um grande escritor, tu dizias-lhe que estava a usar apenas cerca de um décimo das suas capacidades e, assim, em ambas as áreas, não correspondia às expectativas dele nem às tuas, na sua maneira de ver. Há aqui outras ligações antigas: ele foi sempre considerado muito bom ou muito mau — as pessoas ou gostavam logo dele ou não gostavam logo. Não se podia ignorá-lo. Mas os contrastes eram sempre sublinhados na fase inicial da vida, de modo que, se não eras uma coisa, eras a outra.

Ele dedicava bastante tempo às nossas sessões. A sessão da mulher, para ele, era até certo ponto um teste do valor prático do material para alguém em grande aflição. A morte da mulher, obviamente, significou que não passou. De novo, ele esqueceu a integridade da personalidade. Ela tem de fazer as suas próprias escolhas e pode aceitar ou recusar a ajuda dada. A mulher não queria a sessão e tinha tomado uma decisão que não tencionava mudar. A vontade da Venice, ou de quem quer que fosse, não podia sobrepor-se a isso.

Agora podem fazer a vossa pausa.

(A matéria do nosso diálogo fica explícita no material que se segue.)

Agora, estive a acompanhar a vossa conversa e, em boa medida, tens razão. O Ruburt deixou-se hipnotizar por certas imagens e ideias que considerava verdadeiras.

No quadro da realidade que tem vindo a aceitar, pelas razões dadas em sessões passadas, não acreditava que pudesse mover-se de modo capaz. À medida que as coisas avançaram, não acreditava ser-lhe possível desempenhar-se fisicamente de forma normal. Tens de agir em conformidade com a tua ideia de realidade. Não podes fazer algo irreal.

Por isso, surgiam bloqueios importantes quando ele tentava dizer a si próprio que podia fazer algo, como descer corretamente as escadas, quando ao mesmo tempo não acreditava ser isso possível. Foi por isto que, nas minhas sugestões, enfatizei os fins em vez dos meios. É também por isso que quero que a sessão seja lida tantas vezes, porquanto o assegura de que,

mesmo na sua condição física presente, por si só, ele pode desempenhar-se com muito melhor flexibilidade —

(«Sim, exceto que ele não acredita nisso.»)

— do que anteriormente acreditava. Se forem seguidas as sugestões da sessão, elas alterarão o quadro que ele tem da sua própria realidade — e através da ação. Naturalmente, a sessão tem de ser seguida e não apenas lida, desde as sugestões de esboçar ou pintar, e por aí fora. Se essa sessão for seguida fielmente durante dois meses, verão mudanças quase espetaculares.

Agora. A sessão contém mais do que é aparente e podem surgir desenvolvimentos dela como resultado direto de a concentração ser dirigida para outro lado — uma libertação de energia à procura de novas saídas, por outras palavras.

Tenta ajustar a tua própria atitude como esperas que o Ruburt ajuste a dele. Encoraja-o, portanto, a seguir a sessão e assegura-o de que acreditas que ele a pode seguir. Não lhe digas de antemão que não terá sucesso. Segues-me?

(«Sim.»)

A ligação emocional e a tua maior aceitação dele, expressa, ajudaram a tornar esta brecha possível. A moosa na sua armadura, como dizes.

Agora. Os pensamentos têm a sua própria energia. Os teus e os de toda a gente. A tua própria consciência acrescida agora, com o Ruburt, para ele representa a primeira verdadeira brecha na tua armadura. Também servirá para libertar sentimentos de alegria que tens inibido. Estes sentimentos libertam-se não apenas em quadros em que estás a trabalhar agora, por exemplo, mas em quadros concluídos antes. A tua realidade emocional impregna tudo com que entras em contacto — transversalmente, independentemente do fator tempo.

Esses sentimentos, essa vitalidade extra, enriquecem então quadros que fizeste no passado. Esses sentimentos foram captados pelas pessoas que têm comprado os teus quadros ultimamente e os mesmos sentimentos irradiarão para fora, percebes, onde quer que os quadros estejam. À medida que a sessão for seguida, a alegria do Ruburt será libertada através do corpo do mesmo modo. Segues-me?

(«Sim.»)

(É um material excelente, que vale a pena lembrar. Quero tê-lo especialmente em mente relativamente a pintura e vendas, claro. Continua a funcionar enquanto dactilografo isto, numa noite de aula; um dos alunos da Jane comprou outro retrato. Este eu tinha acabado há apenas um par de meses. Não esperava esta venda. Enquanto escrevo este parágrafo, outro aluno perguntou o preço de uma natureza-morta que pintei há um par de anos...)

Tens toda a razão em que é necessário o envolvimento consciente por parte do Ruburt. Mas, depois, a energia libertada pode atuar sobre as imagens do mesmo modo que os sentimentos atuaram sobre os quadros.

Os sentimentos ou emoções estendem-se automaticamente para fora, portanto, alterando todos os objetos dentro da tua realidade — mas a partir do ponto de foco particular do seu surgimento. No caso do Ruburt, o corpo, onde a falta de alegria se mostrava, e no teu caso, nos quadros, onde a maior expressividade agora acrescentará — e tem a sua própria vitalidade.

Ao ajudarem-se a vós próprios, ajudam o outro; e ao ajudarem o outro, ajudam-se a vós próprios.

(De novo, é um material excelente.)

Eu tinha alguns comentários interessantes a fazer sobre a vossa visita, mas pode esperar se quiseses deitar-te cedo.

(«Não, estou bem.»)

Então dá-nos um momento... Em certa medida, em certos termos, perturbaste ambos os teus irmãos, e os comentários do teu irmão mais novo sobre dinheiro relacionavam-se diretamente com dois acontecimentos na tua vida.

(Num passeio de carro até à farmácia no domingo, o meu irmão Dick disse-me que sentia que «não tinha muito» no que toca a dinheiro. Estava bastante indignado com notícias publicadas de que 10% da população deste país controlam algo como 58% da riqueza, etc. Falou em possuir mais terrenos, quintas, etc., e que o que tem, com a mulher, representa um compromisso quanto à área, casa, distância das deslocações, etc. Para a Jane e para mim, ele está muito bem, de facto.)

Um, o facto de teres deixado o teu emprego; e dois, o facto de teres um carro novo. Se tivesses o gravador, podia dizer-te mais depressa.

(«Está bem.»)

(Isto é tudo novidade para a Jane e para mim. É verdade que deixei o emprego na Artistic em fevereiro passado, mas só contei isto oficialmente ao Loren e à Betts em chamadas telefónicas depois da cheia de junho. A Jane e eu comprámos o carro também depois da cheia.)

Antes de mais, por seres o mais velho, e por causa da posição do teu pai, por ganhares bom dinheiro quando jovem, o Loren acautelou-se contra a tua situação nessa altura. Eras tu quem começava a ganhar dinheiro. Ambos quiseram «ganhar-te no jogo», simplesmente porque eras o mais velho, mas quando começaram... tu desististe.

No fundo, suspeitam que, se tivesses continuado, os terias batido, e agora nunca poderão saber de outra forma. Nenhum dos dois consegue compreender como pudeste deixar o teu emprego; o seu próprio sentido de valor está tão preso a posses. São profundamente inseguros, mas bons homens. Para ti, deixar o emprego e teres um carro novo é duplamente

misterioso. Respeitam-te, aliás, de um modo bastante misterioso para eles, que não compreendem.

Suspeitam que poderias acabar bem financeiramente seguindo uma via que, para eles, é completamente ilógica. Se consegues ter posses sem teres um emprego «de valor», então eles têm de trabalhar ainda mais por mais posses, para provarem que o caminho deles está certo e o teu é falho. Não é uma intenção maliciosa. Precisam de ter mais para mostrar por todo o seu trabalho, percebes.

Se te corre bem financeiramente, então o facto de te correr bem coloca-lhes um fardo: entenderem a validade do teu tipo de vida — e do do Ruburt. Isto fá-los questionar de modos que os deixam desconfortáveis. Ainda assim, fazes o que fazes também por eles. Pois certas porções das personalidades deles, noutras circunstâncias, temperadas de outro modo, têm inclinações nessa direção. Mas o núcleo do ser deles não.

Em menor grau, o mesmo se aplica ao Ruburt e às cunhadas. Uma mulher escolher não ter filhos é algo que não conseguem entender, mas cada uma se pergunta que outras capacidades próprias poderiam ter alimentado, ou o que teriam sido. Para o Ruburt ganhar dinheiro, tornar-se conhecido, coloca-lhes o mesmo tipo de fardo, percebes, de compreensão.

Vocês os dois representam, claro, os solitários que trilham o seu próprio caminho. Há muito mais aqui, mas sugiro que esperemos. Podem ter a informação quando quiserem, ou pedirem-na. Há ligações com as crianças, em que vocês servem de contrapontos.

Despeço-me com um sentido boa noite.

(«Boa noite, Seth. Muito obrigado.»)

(Depois da sessão disse à Jane que achei que o Seth não acabou de tratar a questão que delineei antes da sessão. Como a própria Jane havia feito ao discuti-la, o Seth passou muito tempo a explorar a segunda parte da pergunta, relativa à amiga da Venice, sem dizer nada sobre o início dos sintomas antes de as capacidades psíquicas se manifestarem.)

SESSÃO APAGADA

9 DE AGOSTO DE 1972

Agora a nossa sessão vai começar.

(«Boa noite.»)

Estou a acompanhar, percebes. E é isto que quero: poder comentar, à medida que avançamos, o progresso do Ruburt.

Todo o programa, todas as sugestões, têm de se tornar automaticamente parte da vida do Ruburt. A sessão, em resumo, contém as minhas recomendações para o seu ponto particular. Como de algum modo esperava, ele está a esforçar-se demasiado em alguns assuntos.

Estas são, portanto, observações adicionais sobre como ele está a seguir a sessão e ajustes que deve fazer.

É algo natural, agora que se decidiu a melhorar, que se torne consciente das suas próprias ações evasivas, como tem acontecido. Não deve deixar que isso o preocupe agora. Tal preocupação apenas as traz mais para o foco. Limite-se a dizer: «Que se lixem, não vão durar.»

Não deve fazer um esforço para se levantar corretamente, então, mas sim dar por adquirido que o programa automaticamente — e está automaticamente — a permitir-lhe fazê-lo. A sua confiança no corpo crescerá à medida que o programa for implementado, e mal começaram a utilizá-lo.

Quero que seja lida diariamente pelo seu valor sugestivo e também para familiarizar o Ruburt com os seus muitos aspetos. Alguma atividade física, mesmo que só dançar sozinho com o rádio, deve fazer parte deste programa. Sugeri especificamente a pintura por várias razões. Quero que ele pinte de modo contínuo ao cavalete, como mencionei, onde está de pé, mas com a atenção dirigida a outro lado, e por causa do refrescamento particular que a pintura lhe dá — a libertação do trabalho e da pressão.

Também envolve conquistas subsidiárias que não são exigentes, mas que seriam sempre parte necessária de qualquer ocupação secundária sua. Agora sugiro também uma abordagem diferente, que pode ajudar a mudar o foco de sintomas físicos para realizações físicas. Sugiro um jogo. Creio que ele alinhará facilmente com esta ideia. Quero que liste as suas atividades físicas, para ver quantas novas consegue realizar de forma lúdica. Podem ser atividades ou movimentos tão simples quanto ele queira. Pode escolher qualquer área, mas deve contar-te as conquistas.

Isto não te coloca no papel de capataz, atenção, mas quero que te juntes a ele: «Consegues fazer isto? Vá lá, é só um jogo, vê o que consegues fazer.» Ele gosta desse tipo de desafio desde que não haja estigma associado à não-realização. E a ideia é, simplesmente, recompensá-lo pela realização.

Isto pode envolver qualquer coisa e pode começar em níveis de realização que ele sabe que consegue atingir, tentando gradualmente outros níveis. Ele sabe, por exemplo, que consegue subir — subir, agora — o primeiro lanço daqui, a partir do patamar, sem tanta dificuldade como os outros degraus.

Pode começar por subir esse lanço, vendo quantas vezes o consegue fazer sem grandes dificuldades, mas sem prestar atenção à forma como desce, que tem sido muito mais difícil para ele. Segues-me?

(«Sim.»)

Ver a que velocidade consegue andar — este é outro exemplo — em casa, digamos, longe de pressão. A ideia aqui é a realização.

Todo o resto dessa sessão é importante, mesmo sugestões que não parecem enfatizadas. Menciono isto especificamente porque, na própria sessão, te digo que a concentração deve estar no trabalho e nas atividades, e não na condição que estás a tentar eliminar.

Concluir o Seven em si será benéfico. Devem sair ao fim de semana, os dois, ou noutra altura. Agora dá-nos um momento. (Pausa às 21:30.) Quero, porém, que fique enfatizado que trabalharei com o Ruburt nesta base. Finge que me estão a pagar várias centenas de dólares por semana, diz-lhe. Agora. Como te disse, não há uma verdadeira linha entre consciência e inconsciência. São ambas aspetos de algo que ainda não compreendes. São aspetos do ser.

Trago isto à baila por causa da discussão na aula relativa a não-eventos. E dá-nos algum tempo com este material.

Nos teus termos, a consciência brota do inconsciente, mas o inconsciente de que nasce é muito mais «consciente», em termos de alcance e de intensidade, do que a consciência que conheces.

Há acontecimentos naquilo a que chamarias o lado negativo do ser. Para ti seriam não-acontecimentos, não só porque não os experienciarias, mas porque, nos teus termos agora, pareceriam precipitar-se de volta através da fonte do inconsciente. Seriam desacontecer, des-tornar-se — uma vez mais, nos vossos termos.

Eles precipitar-se-iam do ser para o não-ser, desaparecendo, parecer-te-ia, na extinção. Do outro lado do ser, porém, onde o não-ser pareceria estar, no reverso da existência tal como a concebes, há um fenómeno que mal pode ser traduzido em palavras. Há um não-evento dentro e a envolver cada evento.

É a partir desses não-eventos que todos os eventos se atualizam. No dilema daquilo a que só posso chamar criatividade cósmica, há sempre potenciais a procurar expressão. Nenhum evento único atualiza todas as suas possibilidades.

Não estou, no entanto, a dizer que os não-eventos sejam apenas eventos potenciais. Os não-eventos representam a tensão, nos teus termos,

entre ser e não-ser, o poder e o ímpeto do ser não atualizado, eternamente «presente». Não há, portanto, começo nem fim para os não-eventos. Todo o evento é uma porção de um não-evento. Agora podem fazer uma pausa.

Agora. Devem manter a vossa comunicação, particularmente nas áreas em que não se compreendem um ao outro.

(O material sobre não-eventos deve ser lido à turma.)

Outro ponto que queria salientar quanto à tua pintura. A venda das tuas «faces» deve mostrar-te que elas também têm significado para outras pessoas, embora não sejam retratos convencionais.

Tu e o Ruburt sempre se deram bem a exprimir as vossas ideias intelectuais um ao outro. Foram os vossos sentimentos emocionais que não exprimiram de forma adequada e, mais uma vez, não descurem a vossa relação íntima.

Se o vosso gravador estivesse novamente montado, eu simplesmente conversaria convosco numa sessão de troca que vos permitiria fazer mais perguntas. Ambos estão num período de transição. Tens estado particularmente bem com o Ruburt. Contudo, um toque de atitude lúdica ajudará.

(Foram inseridas aqui várias páginas juntamente com o material normal, por tratarem da cheia de 21 de junho de 1972, etc. Sessão 611. Os excertos seguintes foram intercalados com o material geral após a pausa das 10:31 às 10:44.)

Agora. Uma observação. Diz-lhe simplesmente para não se esforçar tanto. Sigam a sessão, confiem que ajudará, e as outras sugestões. As que ainda não foram experimentadas na sessão tratar-se-ão automaticamente de algumas das reações iniciais. Compreendes-me?

(«Sim.»)

(E depois, mais tarde: «E quanto ao material reencarnatório sobre o Ruburt?» Em relação a sintomas, etc.)

Isso será incluído quando for pertinente e podes pedi-lo especificamente em qualquer sessão...)

SESSÃO APAGADA

30 DE AGOSTO DE 1972

(*Richard Bach, o autor de Jonathan Livingston Seagull, partiu esta manhã depois de ter sido nosso convidado desde segunda-feira, dia 28. Telefonou à Jane na sexta-feira passada, da sua casa em Bridgehampton, Nova Iorque; queria alguns insights sobre a escrita de Seagull; o Richard assistiu à aula de ESP ontem à noite e ouviu o Seth, Sumari, etc. A Jane também lhe fez uma excelente leitura.*)

(*A editora do Richard na Macmillan quer ver qualquer trabalho que a Jane tenha disponível e que não esteja comprometido.*)

Boa noite—

(*“Boa noite, Seth.”*)

Agora. Antes de mais, tenho alguns comentários. Novamente, lamento que estejas a escrever isto em vez de simplesmente ouvires. Porque estou com vontade de conversar e tenho novidades.

(*“Está bem.”*)

O encontro com o teu amigo da *Gaivota* foi significativo por muitas razões. Simbolicamente, Sete (*Superalma*) foi importante porque o livro mostrou ao Ruburt a união da capacidade psíquica com a capacidade criativa, emergindo como ficção e forma de arte, e o seu bebé.

A ligação entre as duas ficou solidamente estabelecida. No entanto, o encontro com o teu amigo da *Gaivota* também ajudou a cimentar essa tomada de consciência da parte dele. A aceitação por outro escritor, só por esse nível, foi importante; mas o encontro com alguém que também partilhava capacidade psíquica e de escrita foi vital.

O Ruburt percebeu que se tinha contido psiquicamente. Já discutimos isto. O manuscrito do livro dos sonhos, novamente, representava esse dilema. A certa altura ele tentou insistir na predominância da mente consciente e tornou-se pedante. Ao ver que a sua própria capacidade é maior do que a do nosso *Gaivota*—em certas, agora, áreas importantes—ele percebe o que pode ser feito quando avança.

A última sessão para ele—isto é, a última sessão-chave que lhe dei—também está ligada aqui, pois ao segui-la ele elevou-se o suficiente acima de atitudes negativas para poder atrair um encontro desse tipo. A psicocibernética que ele também começou, porque eu lhe disse para fazer o que tinha feito no verão passado, também ajudou. Assim, abriu-se a influências de que precisava.

Eu disse-te que, financeiramente, ele se sairia bem. Os mesmos elementos aparecem na tua pintura e nas suas vendas. Claro que quero que essa sessão, e as imediatamente seguintes, sejam seguidas fielmente, e a rotina tal como ele a desenvolveu agora. Ele sabe qual é. Também quero

que leias essas sessões, e a sessão-chave em particular, uma vez por semana ou assim, embora ele deva ler a outra todos os dias.

(“*Costumo lê-la*”, etc.)

A leitura que ele fez para o Richard também foi simbólica. Representou a aceitação, por outro escritor, das suas capacidades psíquicas, bem como dele próprio.

Agora, algumas ligações entre o Ruburt e o Nebene são óbvias, embora talvez não aparentes. O Ruburt sempre soube desde a infância, inconscientemente, da força da sua personalidade, do seu potencial e da sua capacidade de influenciar os outros.

Desenvolveu, portanto, um forte eu consciencioso, para que essas capacidades fossem colocadas ao serviço de bons propósitos, e não desperdiçadas. Até ter absoluta certeza de que estava no caminho certo, conter-se-ia, como de facto se conteve—mas apenas até certo ponto, como de facto aconteceu.

Há razões, de reencarnação, para esta cautela. Não obstante, chegou-se agora ao ponto em que ele percebe que o eu básico é bom e que as capacidades estão a ser colocadas a bons propósitos. Esta percepção tem a ver com os resultados das sessões mencionadas e com os acontecimentos subsequentes.

Agora, a vossa situação física irá mudar. Usando o Richard como exemplo, o Ruburt vê o que acontece quando se dá plena anuência. Ele tem agora um exemplo que agrada à sua mente por vezes (*sublinhado*) literal; mas foi a sua observância da sessão que tornou possível esse exemplo.

O eu demasiado consciencioso, portanto, equivale, vês, ao eu demasiado consciencioso do Nebene noutras áreas. Estás a seguir-me?

(“*Sim.*”)

Não é por acaso, portanto, que o Richard foi aluno do Nebene, e o material sobre os aspetos reencarnacionistas (*que a Jane deu na aula de ESP ontem à noite*) é bastante correto. Ao ajudar o Ruburt, ele (*o Richard*) está também a pagar um serviço ao Nebene, pois devia-lhe muito.

(*Nas suas digressões de rádio e TV, o Richard ofereceu-se para mencionar O Material Seth e Seth Fala, para ajudar a impulsionar as vendas. Além disso, pediu ao seu editor que lesse o material da Jane.*)

Muito em breve estarei envolvido no nosso novo livro, e com o consentimento do Ruburt; e a visita do Richard, ou um dos outros acontecimentos prováveis semelhantes, ocorreria antes de o livro prosseguir.

Como o Nebene, embora atraído pelo Ruburt e apaixonado por ela, a consideraste má, e a tua atração por ela como uma fraqueza da tua parte, um rebaixamento; assim agora encontras-te na posição de ajudar o Ruburt a compreender que a sua natureza básica é boa, que ele não está a desviar as pessoas, como nessa vida pensaste que ele estava.

Ao mesmo tempo, a existência das características do Nebene serviu para chamar à tua atenção as características do Josef. O Nebene, até certo ponto, foi então um gatilho de criatividade. A percepção do Nebene levar-te-ia automaticamente a questionar, a trazer à tua atenção consciente características que, de outro modo, poderias não ter reconhecido; bloqueios à tua criatividade, e ainda fortes impulsos para a natureza da verdade, de onde a tua criatividade também brota.

Pois o ser do Nebene estava profundamente envolvido na busca da verdade. Os alunos do Nebene também estão a voltar para dizer olá—

(“Tenho notado isso.”)

—e ele pode ficar satisfeito com o progresso deles. O seu desejo de verdade inflamou-os, e todos os seus aspetos, mesmo enquanto os seus métodos serviam como contrapesos contra os quais eles se rebelavam.

Agora dá-nos um momento.

O caminho do Ruburt tem sido, em muitos aspetos, diferente do teu.

Antes disto, nesses termos, ele escolheu vidas de grande contraste e extravagância, com uma ou duas características relativamente predominantes: por exemplo, genialidade extremamente intelectual—ou idiotia. Pobreza extrema ou grande riqueza.

Ele teve, a certa altura, um grande desejo de poder e levou, nesses termos agora, muitos ao engano. É por essa razão que ele teme tanto a ideia do falso profeta. Dá-nos um momento. A tua mão está cansada?

(“Não.”)

Isto foi quando ele era homem na Turquia, como o país tem sido chamado, e tu eras o seu cúmplice, como no sonho que ele teve. Houve duas vidas turcas, uma após a outra. Ele foi um grande líder, movido pelo desejo de poder e por um sentido de propósito, no Império Otomano. Queria conquistar e trazer o mundo sob domínio otomano.

Usou a espada—outra razão, aliás, pela qual agora não quer magoar ninguém—e a magia das palavras, e esteve envolvido em guerras contra a Cristandade. Conhecia o Pete (*Stersky, membro da aula de ESP da Jane*), que então era dançarina, uma mulher.

Vocês dois eram extraordinariamente próximos em camaradagem masculina—muito mais intensa do que qualquer uma conhecida agora no vosso tempo. Nos teus termos, ele era, nos teus termos, deste ponto de vista, um fanático contra os cristãos por razões religiosas, políticas e económicas. Temia Roma e odiava-a. Não foi coincidência que o Padre Traynor costumasse ler (*Dom Juan de Áustria (na Igreja Católica que a jovem Jane frequentava)*), pois conheceram-se nessa altura.

O Ruburt exigia obediência máxima. Vivia para a causa. Muitos foram mortos por sua ordem. O seu sentido de energia era inesgotável e estava convicto do seu propósito. Para o fim de uma longa vida, porém, começou a duvidar. A vida era barata. Dá-nos um momento.

(*Pausa às 22:25.*) Mas ele sentia um orgulho nacionalista em matar os seus inimigos. Cada morte era, para ele, um triunfo pela causa.

Não tenho a certeza, aqui, se a palavra é Tártaro. Tu estavas com ele, mas por lealdade pessoal a ele, e a irmandade de homem com homem era considerada sagrada—mas ficaste horrorizado por ele estar a conduzir o seu povo à destruição.

Ele morreu e voltou como o líder seguinte—este líder sendo aquele que viu a dissolução final do Império Otomano. Sentiu que, na segunda existência, tinha conduzido todo um povo ao engano, por uma causa na qual em tempos acreditara completamente e à qual prestara total fidelidade.

Determinou então manter este poder de influenciar pessoas sob controlo até, se alguma vez, ter certeza da sua causa. Liderou exércitos e, para que fim, pensou ele. Foi nessa vida também que conheceu a Sue como a personalidade que por vezes emergiu entre eles.

Agora faz o teu intervalo.

(10:30. A Jane lembrou-se do material. Também teve imagens. No intervalo, recebeu uma série de imagens do primeiro governante, sedento de sangue e jubiloso ao matar, disse ela. Uma grande espada, um escudo, gritos; dentes brancos e pele escura. “E absolutamente convicto das suas opiniões. Devo estar a vê-lo maior do que a vida, porque agora vejo-o a saltitar por toda a Europa com o seu enorme escudo.” Teve essas imagens ou impressões do seu lado esquerdo.)

(Retoma às 10:45.)

Agora, esta é uma das razões pelas quais ele esteve tão preocupado, nesta vida, com o facto de desviar pessoas da Cristandade: porque já o fez antes.

Na primeira dessas duas vidas, ambos, até certo ponto, tentaram impor as vossas ideias de verdade pela força, fisicamente. O emprego de grande força física, portanto, foi usado deliberadamente. Estavam envolvidos com as vossas ideias de verdade num contexto totalmente diferente, como estava grande parte da Europa naquela altura, e como está parte do mundo agora.

Não estavas, então, assim tão fora do espírito do teu tempo. O mundo inteiro, mais ou menos, estava a experimentar o uso de força brutal como método aceite para impor ideias. Qualquer outra coisa era a exceção. Há outras ligações com esta vida, na qual o Ruburt escolheu uma mulher para sua mãe que era indefesa. Não só ele não a podia atacar, como estava numa posição em que tinha de a servir.

Agora, a mulher que foi sua mãe desta vez tinha ligação com outro líder — estou a tentar não introduzir distorções aqui; poderás ter de verificar parte disto mais tarde — creio que Carlos Magno, e o Ruburt matou-o em batalha, depois de ele primeiro ter sido aleijado. Os dois eram adversários ferozes. O Ruburt colocou-se, portanto, numa posição em que a violência não podia ser utilizada.

A mãe tinha sido particularmente dada à mutilação de prisioneiros e, por isso, escolheu finalmente a condição física — não, agora, como castigo, mas para compreender a experiência — e para desenvolver capacidades nessas condições. Foi então que, quando o Ruburt se via minimamente próximo de uma posição de alguma importância, surgiam dificuldades, porque as pessoas começavam a ouvi-lo de novo, e ele tinha de ter a certeza de que a sua mensagem era autêntica.

A personalidade, contudo, diz-lhe, viveu de acordo com a sua luz, possuía um amor primitivo pela natureza e, sim, inspirou outros com heroísmo nas condições escolhidas. Na segunda existência referida, foi novamente líder, mas aprendera a natureza de duas línguas do poder e permitiu que os cristãos vencessem. De certo modo, passou-lhes esse fardo. Eles tiveram de lidar com ele — e durante vários séculos.

Se não tivessem, a história do mundo como a conheces teria sido bastante diferente. O Império Otomano acabou então deposto do seu poder de propósito, onde a natureza enganadora do poder foi entregue à Cristandade e, nisto, o nosso amigo salvou o seu povo de um futuro provável em que os aspetos menos desejáveis do poder predominaram para eles.

Ele retirou-lhes a tentação. Tenho aqui um pequeno ponto, no sentido em que Hitler representou uma fuga (*bleedthrough*) de uma realidade provável — extremamente interessante. Foi uma personalidade que, literalmente, deveria ter nascido naquelas eras e não nasceu. Sob um aspeto, era como uma projeção temporal, a aparecer fora do lugar, uma deformação psicológica trazida para deslocação por um fenómeno que, psicologicamente, poderia ser comparado a um fenómeno natural como um vulcão.

A energia dessa época, o conflito entre a Cristandade e o Oriente, gerou tamanha energia — muito simplesmente dito, agora — que os tempos físicos não a podiam conter e ela irrompeu, nos teus termos, para o futuro.

Como analogia, a maioria dos eventos tem esta altura. (*A Jane ergueu o isqueiro.*)

Os eventos dos tempos das Cruzadas, por exemplo, tinham esta altura. (*A Jane levantou um braço por cima da cabeça, totalmente estendido.*) Seguindo a analogia, os tempos, os tempos físicos em que normalmente teriam ocorrido, ter-se-iam encerrado, digamos, aqui — (*a Jane indicou um ponto quinze centímetros acima do isqueiro*) — mas a energia era tão grande que catapultou alguns desses eventos, deslocando o que entendes por tempo, de modo que apareceram, como Hitler, onde, teoricamente, agora, não deveriam ter aparecido.

Este tipo de deslocação pode ocorrer, mas, em termos práticos — os termos pelos quais julgas o tempo — isto é invulgar. O Hitler surgiu,

portanto, como uma figura muito mais cruel face ao teu mundo atual do que teria sido se aqueles outros tempos o tivessem contido.

Ainda assim, o seu aparecimento foi importante, lembrando à raça os perigos em que realmente podia cair. Em muitos aspetos, porém, Hitler não foi uma personalidade completa nos termos habituais. Parte da sua vitalidade, e do que seriam as suas qualidades redentoras, ficaram submersas no passado em que ele não existiu.

Agora, o homem, apesar das aparências, está sempre a lidar com a natureza da realidade, e os seus períodos históricos são simplesmente áreas em que diferentes métodos e vias são experimentados — tudo, à medida que ele aprende a manipular e a usar a energia de que ele e o seu mundo são compostos. E todas estas buscas, portanto, existem ao mesmo tempo em termos mais amplos.

Todos os envolvidos no Império Otomano tinham, portanto, as suas razões, diz ao Ruburt, e as vítimas aquiesceram às premissas básicas da época, tanto quanto tu e o Ruburt. A energia libertada foi fantástica. Envolveu também a abertura de muitos canais através dos quais a pura vitalidade se tornou acessível e serviu como um ímpeto pelo qual o homem podia julgar o seu progresso.

Havia uma alegria desassombrada com o esplendor do corpo e um deleite sensual, de que o Ruburt agora se pode recordar, e que ajudou a regenerar pelo menos partes da Cristandade que se tinham entregue a ideais de negação do corporal.

A morte do Império Otomano, à sua maneira, regenerou a Europa, e a sua energia deu origem à civilização que conheces. A morte do Império Otomano enriqueceu a Europa. A “alegria de viver” pagã, à sua maneira, acendeu sangue novo. Caso contrário, a Cristandade teria morrido, pois já estava cansada. Sem o saber, portanto, o Ruburt ajudou o crescimento da Cristandade tal como veio a ser conhecida.

Agora, podes fazer um intervalo ou terminar a sessão, como preferires.

(“Faremos o intervalo.”)

(11:17. Este foi, na verdade, o fim da sessão. Enquanto falava, a Jane teve imagens em transe que agora não conseguia descrever, relativas a Hitler e a deslocações a “dispararem” para fora dos seus tempos, etc.) (Após a sessão, teve mais impressões, novamente à sua esquerda, do líder turco — os dentes brancos e a pele escura. Ele adorava roupas exuberantes. Tinha uma vitalidade enorme, aos saltos, a arrombar portas, a matar com uma alegria inocente de criança — pode-se perceber por aí. “Ele parece-me um gigante”, disse a Jane. O corpo dela reagia de forma diferente, com um arrepio, um estremecimento, um estômago energético, tudo ao mesmo tempo.)

SESSÃO APAGADA

4 DE SETEMBRO DE 1972

(Às 21:05 a Jane disse: «Estou a receber coisas mesmo esquisitas. Conto-te daqui a um minuto...» Estávamos sentados para a sessão, mas, como as coisas se desenrolaram, o Seth não chegou a manifestar-se.)

(Para recapitular: depois do jantar esta noite a Jane disse-me que se sentia «quente». O nosso apartamento estava de facto bastante frio, como tem acontecido muitas vezes desde a cheia de junho; ambos tínhamos estado com frio o dia todo. Agora a Jane estava quente e mais descontraída do que o habitual. Fui trabalhar para o estúdio nas ilustrações para Oversoul Seven. A Jane disse-me mais tarde que, depois de eu sair, começou a ter sensações muito fortes de que o telefone ia tocar, com notícias excecionalmente boas para nós. Possivelmente estariam envolvidos o Richard Bach e a sua editora, a Eleanor Friede. Estas sensações tornaram-se tão fortes que a Jane escreveu uma descrição delas.)

(As previsões da Jane têm sido muito boas recentemente. Às 20:45 ela foi para a sala para uma sessão; eu ainda estava a trabalhar. Teve a ideia de que devia esfregar entre os olhos em movimentos circulares — «Sabes, onde estaria o terceiro olho», disse. Ao mesmo tempo, estava à espera que o telefone tocasse. Quando tocou uns minutos depois, chamou-me para o atender. Porém, parou de tocar ao fim de três toques, muito antes de eu conseguir chegar para o atender.)

(Enquanto eu me preparava para tomar notas, a Jane disse que sentia as pernas subjetivas «a andar à roda». Entretanto já tinha deixado de esfregar a testa. Sentia também que mãos lhe puxavam as pernas para baixo, endireitando-as. Sentou-se reclinada na sua cadeira de baloiço, muito relaxada, olhos fechados; por fim disse-me que dessa vez recebera imensas coisas.)

(«Algumas eram ótimas e outras de que eu não gostei... A coisa do olho era como um túnel e eu passei por ele, através da matéria. Não foi tão espetacular como aquela vez em que atravessei a casa ao lado, mas este túnel era muito comprido e fui dar a outro universo. Estava a flutuar e a voar entre estrelas e luzes. Depois desci e havia lá um corpo grande. Aterrei na cabeça ou no ombro. Estava nu; como um corpo transparente porque eu conseguia ver-lhe as veias e os nervos...»)

(«Comecei a movê-lo por fora, lentamente, como uma marioneta. Mas depois não gostei, porque parecia estar numa cadeira de rodas. Continuei, mas não sabia se tinha morrido, ou o quê.» Agora o inquilino do apartamento por cima da nossa sala começou a pôr música rock muito alto, mas a Jane parecia imperturbável enquanto falava comigo. Durante grande parte da conversa tinha os olhos semiabertos, a voz normal.

Parecia sair temporariamente do estado. «Segui o corpo... por uma série de condutas e saí como uma borboleta.»)

(«Fiz alguma ligação entre aquela cadeira de rodas e esta cadeira de baloiço, pensando que era uma cadeira de rodas, e aquele grande retrato que pintaste do doente numa cadeira de rodas no hospital do condado onde o teu pai estava», disse ela. «Depois saí. Fiquei nervosa quando vi que a coisa tão grande estava na cadeira de rodas, mas decidi seguir em frente fosse eu ou não. Depois saí disso.»)

(«Estive a fazer outra coisa», disse ela após uma longa pausa. «Espera um minuto... Depois eu estava atrás da minha cabeça. Disparei pela minha própria medula espinhal abaixo, para dentro do meu corpo. Depois vi montes de homenzinhos. Isto é hilariante. Estavam dentro dos meus joelhos, com mangueiras, a lavar-me os joelhos com água cristalina, pura. Depois foram para a nuca... Agora estão a trepar pelos ossos da minha coluna e a endireitá-los e a fazer coisas...»)

(«Agora sinto-me mesmo grande — como aquela figura. Oh, estou a ficar mesmo maior... como se fosse mesmo grande e leve como um balão.» Ela sorriu às 9:30. «E agora estes homenzinhos têm coisinhas como talochas e estão a tirar colheradas de matéria branca do meu corpo e a deitá-la fora. Primeiro pulverizam qualquer coisa na zona, que torna esta matéria branca macia, e depois retiram-na.»)

(A Jane riu-se, mas agora ficou séria. «São mesmo minúsculos; estão a construir algo que parece andaimes na parte de trás de ambos os meus joelhos. Agora têm alqueires de sangue, sangue fresco, e estão a deitá-lo nas minhas veias... E agora estão a mudar os dispositivos elétricos na parte de trás da minha coluna; e agora os meus joelhos estão a acender-se...»)

(«Agora estão a puxar alguns músculos curtos entre os joelhos e os pés», disse a Jane. Tocou na planta de um pé. «Muito disto cá em baixo tinha a ver com aqui em cima, os joelhos... É engraçado porque tudo isto me faz sentir tão grande. Os homenzinhos estão por baixo do meu braço e parece que está a flutuar para cima e para fora; estão a levantá-lo e a usar uma lâmpada de calor por baixo da axila. Sinto-me mesmo bem e descontraída aí agora...»)

(«Mas agora volto a sentir-me em tamanho gigante... Parece que a minha perna esquerda está mais alta do que a direita, embora eu veja que não está. E está direita. Estão a levantá-la e a projetá-la para fora a partir da anca, e a fazer qualquer coisa por baixo.»)

(«Deve ser a minha perna astral; está a cair para trás e para a frente a partir do joelho; o calcanhar toca na minha coluna, coisa que eu não consigo fazer... Agora os homenzinhos estão a fazê-lo com a minha perna direita, mas estão a ter mais dificuldade do que com a esquerda. Mas agora conseguiram. Estou a ter uma sensação esquisita agora, como se

estivesse quase fisicamente levantada do chão, em posição sentada — eu sei que não estou, mas é quase como se a cadeira não estivesse lá.»)

(A Jane soltou uma gargalhada, com os olhos ainda semiabertos. «Agora é como se eu estivesse a voltar para a cadeira, só que através dela, as minhas pernas a passarem por ela. Depois eu disparava a subir um lance de escadas. Depois estava de novo na cadeira, só que agora era como uma cadeira de rodas. Vi uma imagem de diabo a afastar-se de mim numa direção e, do outro lado, uma imagem de anjo, também a afastar-se; e eu soube que tinha ambas essas imagens de mim. Depois caminharam uma para a outra e fundiram-se, ficando em frente a mim», disse ela, «e embora não o tenha visto tão claramente, é o que eu sou.»

(«A seguir eu corria como uma criança. Atirei-me para a relva e fiquei ali deitada e relaxada, deitada de costas... E agora, vê, estou a falar e estes homenzinhos estão a trabalhar nas minhas mãos, nos meus dedos astrais. Espera», disse a Jane, após uma pausa, «estou a apanhar umas palavras —»)

(Na mesma voz normal, começou: «Na sombra da imagem a religião organizada [ao mesmo tempo as minhas mãos querem levantar-se], depois de estabelecida, sempre teve medo do conhecimento revelador; para se proteger, e a Igreja Católica em particular, moldou-o sob a forma de um diabo, como me ensinaram: o pecado do orgulho, querer aprender.»)

(A Jane continuou: «Mas essa imagem do diabo vem de uma longa linhagem pagã de deuses da terra e sempre representou o conhecimento inato, inerente à própria terra. Todas as ideias do medo do eu interior vêm da divisão básica que há tanto tempo existe nas mentes do homem desde o nascimento da religião organizada... A religião tentou fazer do diabo uma sombra negra de Deus, o Seu contraponto e, no entanto, o oposto, mas o homem esqueceu o que significava contraponto. Personificado, por exemplo, o diabo é a fúria de uma tempestade, mas desligada da grande criatividade de uma tempestade.»

(«Sinto como se as minhas mãos estivessem a fazer todas estas coisas estranhas no ar enquanto estou a receber este material», disse a Jane. A música de cima estava mais alta do que nunca, mas ela parecia alheia a isso. «Depois subi como em espiral através daquele quarto lá de cima com toda aquela música e energia, e disparei para fora por cima. As minhas mãos estavam atadas mas depois foram soltas e voaram em todas as direções. Sinto como se estivesse mesmo em tamanho gigante, a percorrer esta sala e a falar.» Pausa. «Esqueci-me: a minha cabeça atravessou o telhado e acho que eu era um gigante a caminhar sobre a terra. Depois caminhava mais devagar e, finalmente, eu caminhava debaixo de água...» Acho que mais vale sair disto. (Pausa às 22:00. «Fiquei demasiado consciente do que estava a fazer», disse a Jane, «e da música lá de cima.

Mas as minhas mãos estão tão agradáveis e quentes. É a primeira vez que estive quente em três dias.»)

(Às 22:05 a música lá de cima parou e ouvi pessoas a sair. A Jane estava largada na sua cadeira de baloiço, muito relaxada, de olhos fechados. Depois começou a falar novamente. «Ouvi as pessoas saírem lá em cima. Eu estava outra vez em tamanho gigante. A minha carne parecia massa, os homenzinhos amassavam-na como massa. É uma sensação mesmo estranha, não a consigo descrever bem. Os homenzinhos estavam a trabalhar nos meus joelhos quando ouvi os miúdos lá de cima irem embora. Antes disso tinham trabalhado muito depressa nos meus ombros, abanando os meus ombros a traís e à volta e à volta...»)

(A cabeça da Jane movia-se ritmicamente de um lado para o outro, muito ligeiramente, enquanto ela estava largada na cadeira de baloiço, de olhos fechados. «A minha pele estava demasiado apertada e eles trabalharam nela toda. Depois um ovário tinha uma pequena mancha preta e eles cortaram-na e ergueram-na de alguma maneira e eu pensei que era por isso que não tenho tido os meus períodos... Sinto-me como uma gigante para aquelas pessoinhas, com este método de percepção de si que estou a usar; agora voltaram a trabalhar por baixo dos meus joelhos.»

(A Jane fez uma pausa.

(«Baixaram-me a cabeça e tiraram-me a parte de cima. Depois tiraram umas coisas como tinham feito antes, desta vez de onde a vértebra superior encontra o crânio, e deitaram fora essas coisas todas. Depois trabalharam nos meus ombros.»)

(«Acho que também apanhei a imagem da cadeira de rodas por causa desta cadeira de baloiço», disse a Jane, «porque primeiro ficámos com ela por causa das tuas costas... Os meus pés ainda parecem estar a repousar no ar, mas eu sei que não estão», disse ela, olhando para baixo.)

(Fizemos uma pausa. Houve um pouco mais da sessão depois de pensarmos que tinha terminado, e eu fiz notas sobre o que foi dito sem usar citações textuais. A Jane teve imagens muito belas, disse, dos músculos do pescoço e das costas a sustentarem-lhe a cabeça. Conseguia ver para dentro do corpo. Viu os músculos nomeados primeiro como uma série de serpentes com muitas cabeças; as cabeças transformaram-se em mãos que lhe sustentavam a cabeça e a rodavam de forma muito flexível. Depois surgiram imagens dos músculos e fibras dos braços.)

(Pelos vistos terminámos. Quando a Jane se levantou não parecia mover-se pela sala mais depressa. No entanto, disse, sentiu uma imagem a caminhar mesmo à sua frente; ao mesmo tempo a sensação de calor tinha-a deixado. Contudo, permaneceram com ela sentimentos e imagens residuais da sessão.)

(«As imagens com as serpentes e mãos foram das coisas mais belas que alguma vez vi», disse ela.)

(Uma nota: a Jane recebeu uma carta do Richard Bach no dia seguinte. O Dick e a sua editora querem visitar-nos a 19 de setembro. Isto está abrangido nas previsões da Jane e em material recebido antes da sessão de hoje à noite.)

(Artigo da Time adiado uma semana, presumivelmente para segunda-feira, 30 de outubro de 1972. A Eleanor Friede disse à Jane numa chamada na noite de segunda-feira, 23 de outubro. Um amigo da Eleanor viu parte da reportagem de Timothy Foote.)

SESSÃO APAGADA

6 DE SETEMBRO DE 1972

(Ao mesmo tempo que nos preparávamos para a sessão na nossa sala de estar, tocava música rock em alto volume nos apartamentos por cima e por baixo de nós. Estávamos literalmente no meio. “Tenho vagamente o efeito pirâmide”, disse a Jane às 21h10. O Seth Dois não se manifestou, mas mais tarde na sessão desenvolveram-se efeitos muito interessantes. Essa parte está incluída sob a 612.ª sessão nos registos.)

Ora bem—

(“Boa noite, Seth.”)

—a vossa situação está de facto a mudar para melhor. Energia até aqui bloqueada está a ser libertada, e ambos estão mais abertos. As mudanças dentro de um período de 3 anos serão drásticas em termos de abundância e de fama.

Quero que tu (*falando comigo*) libertes de propósito mais da tua própria exuberância. No passado não tinhas percebido totalmente a abundância de energia pessoalmente aberta e disponível para ti, o transbordar que torna tudo fácil. Haverá um livro com a Macmillan, e outros. E haverá outros desenvolvimentos a partir das nossas sessões, e também outros livros meus.

Muitos destes desenvolvimentos dependiam de compreensões. Muitas destas o Ruburt já alcançou, e outras está prestes a alcançar. Algumas das tuas próprias atitudes tiveram de ser mudadas. Diz ao Ruburt para pensar na saúde como pensa no dinheiro, e ele terá muita, pois nessa área está agora esclarecido. Isso é um avanço definitivo, percebes.

Os teus próprios sentimentos negativos nessa área diminuíram suficientemente. Quero que cavalgues a energia, contudo, e que a reconheças. Sente-a em ti. Estou a falar-te pessoalmente porque ainda não a utilizas tão livremente quanto podes. O Ruburt está consciente da sensação. A dificuldade dele tem sido direcioná-la para várias áreas. Tu conseguiste direcioná-la, por exemplo, para a saúde, melhor, mas ainda precisas de

apanhar-lhe o jeito. Tu sentes isso no teu trabalho quando estás a ir bem, e é dessa sensação que estou a falar.

Ela começou a funcionar de forma renovada para ti na venda das tuas pinturas, quando derrubaste as barreiras contra a sua venda; mas sente-a a rodear-te e a rodear-vos a ambos. Está a funcionar agora para os dois, e com força nas áreas de trabalho e abundância, em termos de inspiração e de material. Sente também essa energia a envolver o Ruburt com saúde.

Estás agora a atrair pessoas para ti, percebes, de uma forma diferente de antes. Haverá também dinheiro a vir de uma área inesperada, mas como derivado da tua criatividade.

Sugiro que, se possível, fiquem firmes aqui durante seis meses—a não ser, claro, que algo surja. Outros aspetos do teu trabalho e do nosso trabalho também se irão mostrar. Não quero que nenhum dos dois esqueça ou adie as vossas relações íntimas. Deixem que a vossa relação muito profunda transborde. A condição do não Ruburt é nenhuma desculpa para nenhum de vocês. Ambos precisam desse refrescamento.

Agora outros estão a ser atraídos na vossa direção, pessoas de mérito e de renome. As vossas necessidades financeiras estão agora mais do que satisfeitas, e também haverá avanços, de forma que estão a contribuir. Estão a contribuir de qualquer maneira, claro, não apenas em *Seth Fala*, mas também no livro que se seguirá.

Falo também, além disso, do teu próprio trabalho. Há percepções psíquicas que se tornarão disponíveis, e estão a tornar-se disponíveis, no que toca ao teu próprio trabalho, que te abrirão novas áreas dentro dele.

No futuro encontrar-se-ão, de forma algo inesperada, na posse de uma propriedade na Florida.

O Ruburt está a chegar a uma nova compreensão que está a mudar definitivamente o padrão da saúde. A afirmação do livro de Murphy ajudou porque desta vez ele finalmente a compreendeu emocionalmente. A nossa sessão, a de 2 de agosto, ajudou a conduzi-lo a essa compreensão.

Em várias existências conduziram-se mutuamente em várias áreas, e muitas vezes ao mesmo tempo. Por exemplo, o Ruburt a conduzir-te numa, e tu a conduzi-lo noutra. Por isso, utilizem essas características de forma criativa, aberta e sem vergonha, encorajando ativamente o Ruburt a sair, como hoje.

Nessa área ele pode usar a tua liderança. Em termos de abundância material, agora, segue a liderança dele. Aí tens uma parceria, como nas nossas sessões são parceiros, e no vosso trabalho. Não retenhas a tua liderança nessa direção, portanto, mas dá-a de bom grado, como ele a pode dar de bom grado nas áreas em que agora está a tornar-se proficiente.

A tua liderança nessa área acelerará enormemente a própria compreensão dele, que agora cresce aos saltos e galopes. Mas onde ele

hesita, pode usar a tua liderança, assim como tu podes usar a dele onde hesitas.

As vossas potencialidades agora em todas as áreas são, portanto, excelentes, e muitos dos problemas que tinham de ser resolvidos já o foram. O Ruburt estabeleceu finalmente a sua parte em tudo isto. Aprendeu o suficiente criativamente para que as nossas mensagens importantes possam ser dadas de muitas maneiras.

O reenvio do cheque, por exemplo. Se ele não o tivesse feito, eu teria sugerido, mas a compreensão tinha de ser dele. Algumas recomendações dadas nessa sessão ainda não foram seguidas, embora se tenha feito esforço para seguir muitas sugestões. As outras não devem ser esquecidas. Sugiro, portanto, que dê atenção às que ainda não foram tentadas com perseverança.

Tenho algo a dizer sobre a experiência do Ruburt na outra noite, mas antes sugiro uma pausa.

(A Jane disse que devia ter mudado. Antes destes dias, não deixaria passar muito deste tipo de material, por receio de pensamento ilusório, distorção e erro. Lembrou-se de parte dele.

(Ver a 612.^a sessão para o resto do material obtido nesta noite. É bastante único. Dactilografei essa parte da sessão mais cedo, e já foi lida por Terry Jacobs, um físico da IBM em San Jose, Califórnia. Foi nosso convidado de sexta-feira, 8 de setembro, até domingo, dia 10. Ele disse que o material era “fantástico”. Está aparentemente relacionado com a estrutura atômica. O Terry tem o material e está a copiá-lo antes de no-lo devolver esta semana.)

(Relativamente à frase do Seth sobre um livro para a Macmillan Co.: Richard Bach, famoso por Gaivota Jonathan Livingston, e a sua editora da Macmillan, Eleanor Friede, virão visitar-nos na terça-feira, 19 de setembro, segundo uma nota que a Jane recebeu dele.)

SESSÃO APAGADA
18 DE SETEMBRO DE 1972

(Esta tarde a Jane recebeu um cheque de royalties da Prentice-Hall no valor de \$819,00, cobrindo as vendas até 30 de junho de The Seth Material, capa dura e capa mole, e os primeiros exemplares de Seth Speaks. Ambos ficámos espantados.

(Fizemos uns copos para celebrar. Enquanto conversávamos no estúdio da Jane, ela acabou por dizer que o Seth estava por perto. O caderno estava à mão, por isso disse-lhe que avançasse, se quisesse deixar o Seth falar. O nosso estado de espírito era exuberante.)

Bem, os meus parabéns.

(“Obrigado, Seth.”)

Tenho-vos dito isto o tempo todo, se bem se lembram, que a vossa situação financeira estava a mudar.

A mudança, embora indiscutivelmente vantajosa, reflete o facto de que as pessoas estão a ser ajudadas, e que à nossa maneira podemos ajudá-las a mudar a sua visão da realidade para melhor, e a ampliar a sua compreensão.

No meu livro—o próximo—vou falar mais sobre a natureza das crenças pessoais. As vossas crenças, de que artistas e escritores eram pobres, eram bastante conscientes. Vocês aceitavam-nas. Quando as mudaram, a vossa realidade começou a mudar.

Estas ideias não eram inacessíveis. Vocês acreditavam nelas, e não as examinavam, exceto quando traziam à superfície da vossa mente argumentos que as reforçavam. Estás a seguir-me?

(“Estou.”)

Já te falei das energias do Ruburt. Libertadas agora nessa direção, e convencido de que ele está “certo”, ficarás espantado com os benefícios financeiros e materiais. Também ficarás espantado com a quantidade de trabalho que será produzida, e que agora está de forma latente em produção, dado que ele percebe que pode ser criativamente artístico nos seus próprios termos, misturar e combinar o psíquico e o criativo.

São (traços) designações. Ainda estão algo (sublinhado) separadas para ele, mas as suas ideias de fazer o bem, estar certo, criar artisticamente, estão agora a combinar-se.

Ele está à beira de perceber que sempre foram uma só e a mesma coisa.

O trabalho psíquico também ampliará os seus esforços criativos pessoais. Isto está a afetar-te, a libertar as tuas próprias energias criativas, pois a contenção dele no passado reforçava as tuas próprias tendências nessa direção. Já disse isto antes: à medida que ele te ajuda libertando,

como tem feito, essas energias nas direções mencionadas, então ajuda-o tu, tomando a iniciativa por vezes, como ele o fez nessas direções.

Os teus impulsos e tendências, falando fisicamente, os teus desejos de sair e fazer coisas, estão agora mais desenvolvidos do que os dele. Portanto, deixa que a tua normalidade sirva de caixa de ressonância para ele. Quando desvalorizas isso, pensando que é inútil ou na melhor das hipóteses pouco proveitoso, negas-lhe as vantagens da tua sabedoria nessa área.

Ele está agora num ponto em que pode usar este tipo de ajuda, coisa que, reconhecidamente, no passado não podia (ponto).

(O que, claro, é precisamente a razão pela qual eu não tinha insistido tanto nestas coisas há algum tempo. Tinha-me habituado a vê-las cair em terreno impermeável.)

Se tentares simplesmente expressar de forma espontânea os teus próprios sentimentos normais em termos de sair, etc., ele está agora mais capaz de seguir a tua liderança. Ou seja, não inibas os teus próprios sentimentos. Não ajudas nenhum de vocês quando o fazes.

Se uma rotina física normal for seguida no lar, naturalmente todo o resto seguirá.

A ênfase não precisa de estar no físico ou no não físico. Menciono isto porque não deve haver divisões, e ao tentar manter o equilíbrio, agora, o Ruburt tem tendência a pensar: “Agora devo tentar ser físico” ou “Agora devo trabalhar”, quando os dois fluem juntos sem esforço, e tu podes ajudá-lo a ver isso.

Ele está a crescer para uma nova compreensão, e à medida que o meu livro progride, vai certificar-se de não se concentrar no que ainda precisa de ser feito, mas nos seus sucessos e nas suas recentes melhoras físicas.

Espero que ainda fales comigo quando fores rico.

(“Terei todo o gosto.”)

Aconselhei-vos a não mudarem de casa durante seis meses. Estarão muito melhor preparados para o fazer nessa altura. O Ruburt passou-se a si próprio pelo que considerava um período necessário de stress e treino. Ele percebe agora que houve efeitos secundários infelizes.

Quero que cada um de vocês escreva uma lista — e isto envolve trabalho — uma lista das vossas ideias conscientes sobre vocês próprios, as vossas crenças conscientes. Descobrirão que algumas delas entram em conflito com outras. Quero depois que façam uma lista das vossas crenças conscientes um acerca do outro, e depois devem discuti-las. Esse será também um dos exercícios que darei no meu livro a outras pessoas.

O Ruburt não tem intenções de ser fisicamente incapaz de gozar o seu sucesso. Podem contar com isso.

(De imediato achei isto uma declaração genuinamente hilariante. Encaixava na Jane tal como a conheço, na perfeição proverbial.)

Quero que as vossas ideias sobre o sexo e o seu papel nas vossas vidas sejam escritas juntamente com as outras, e enfrentadas com honestidade. Quero também que cada um de vocês tenha consciência do que pensa, secretamente, acerca das formas como os sintomas do Ruburt vos impedem de fazer certas coisas, a ambos.

Se não querem fazer essas coisas, e têm a certeza de que não querem, então admitam-no, sem recorrer aos sintomas como desculpa conveniente.

O teu próprio trabalho está a progredir, como sabes, e aos saltos e galopes. Terei mais a dizer sobre isso mais tarde. Se examinasses as tuas próprias crenças, perceberias porque esperaste tanto tempo, e estou a falar de crenças conscientes.

Agora espero que a vossa exuberância conjunta e individual se espalhe por todas as áreas da vossa vida agora—livremente—mas devem começar essas listas e devem levar a sério o que disse esta tarde, não enterrá-lo nos registos. Mais uma vez, os meus parabéns, e espero que me felicites.

(“Faço-o. Obrigado, Seth.”)

Uma pequena nota: o teu toque físico em termos de massagem tem valor, como já mencionei.

(“Sim.”)

(A Jane e eu começámos uma discussão sobre sintomas, depois o Seth voltou.)

Agora, ambos (sublinhado) dão por garantido que o Ruburt não pode viver uma vida normal. Essa é a vossa crença neste momento, e é melhor que a mudem — ambos — pois ele pode—

(“Isso é ótimo.”)

—portanto mudem os vossos hábitos. Estabeleçam a vossa vida segundo um padrão normal, e porque o Ruburt perdeu uma ideia clara do que isso é, tu podes ajudá-lo aqui. A vossa situação financeira está a crescer para além dos vossos primeiros sonhos, por causa de uma mudança de crença—portanto comecem a agir como se o padrão normal existisse. Organizem a vossa vida dessa forma e assim será. Mesmo tu não percebes quão restrita ela é.

E agora, mais uma vez: não falo para meu benefício, mas para o vosso.

(“Ótimo. Agradecemos. Obrigado.”)

(Durante a pausa mencionei duas perguntas à Jane, sem insistir em obter respostas naquela tarde. Uma tinha a ver com o significado, ou informação disponível, sobre o retrato que eu tinha acabado de terminar. Acabara de o emoldurar, e estava agora na estante atrás de mim. A Jane podia vê-lo da sua cadeira.)

(A segunda pergunta tinha a ver com as ideias do Seth sobre a nossa participação no programa televisivo de David Susskind, em Nova Iorque, caso fossemos convidados. O departamento de publicidade da Prentice-

Hall disse à Jane na semana passada que o programa estava a considerar convidar-nos, e que talvez fossemos contactados esta semana.

(Uma nota: a Publicidade da Prentice-Hall disse também à Jane que a revista Newsweek poderia fazer uma reportagem ou crítica sobre o Seth, e que isso poderia acontecer dentro de duas ou três semanas, etc. A Jane, evidentemente, não queria ter nada a ver com essa iniciativa.

(Retoma às 16h19.)

Agora, quanto à tua pintura, falarei mais tarde. E não te estou a dizer o que deves fazer. Faze o que quiseses em relação ao programa.

O meu conselho é: mantém-te afastado. Haverá outros programas, mais vantajosos. Mas não uses os sintomas como razão para não ires ao programa.

(“Não penso que tenhamos feito isso.”

(No primeiro dia depois da Jane receber a chamada, pensámos em todas as razões pelas quais não queríamos ir ao programa — incluindo o material do programa e o Susskind no livro de Daniel Logan, The Reluctant Prophet. Na manhã seguinte, acordei com o pensamento de que todo o nosso remoer era afinal académico — os sintomas da Jane impediriam-nos de estar no programa logo de início — não conseguíamos imaginá-la a deslocar-se fisicamente em aeroportos, táxis, hotéis, estúdios, Nova Iorque, etc.)

Esse é um hábito, uma das áreas em que os sintomas podem ser usados como desculpa. Estás a seguir-me?

(“Sim.”)

—como resposta básica, que ambos podem usar para escapar de fazer o que não querem fazer. Assim, a resposta seria simplesmente que não consideram que o programa seja vantajoso neste momento.

(“Acho que foi isso que decidimos.”)

Dá-nos um momento... Haverá outros programas, e ele estará em condições físicas para lidar com eles. Mas tens de perceber que, na tua mente — agora, tu, Joseph — pensaste nos sintomas como a razão pela qual a resposta (negativa) seria dada — e isso é usar os sintomas como desculpa. Vês a diferença?

(“Sim.”)

Então deixo-vos (16h22–16h24) descansar.

Agora. Crenças: achaste que a discussão era desnecessária porque o Ruburt não conseguiria de qualquer modo, fisicamente. (O programa de TV.) O Ruburt poderia conseguir fisicamente — talvez não na condição que gostarias, mas poderia aparecer no programa. Vês a diferença?

Diz-lhe isso.

SESSÃO 617 (PARTE APAGADA)

25 de setembro de 1972

(O que se segue é o restante da sessão regular nº 617 de 25 de setembro de 1972. O Seth passou a primeira parte da sessão a ditar o Capítulo 3 do seu livro, “A Natureza da Realidade Pessoal”).

Agora. Quero falar contigo. Estamos perto do fim deste capítulo. Podes tirar notas ou não, como preferires. Já repreendi o Ruburt muitas vezes. Agora é a tua vez.

(“Está bem.”)

Ele está exausto pela saraivada de pensamentos negativos que tens vindo ultimamente a “explodir” em casa. Sei que tens andado ocupado, mas não examinaste as tuas crenças tal como apresentadas no livro.

Estás a insistir que as tuas ideias negativas são a realidade. Há um amor profundo entre vocês. Por razões às quais chegarei — e, até certo ponto, já te disse — ganhaste o hábito de inibir a alegria e de seres um estranho à jovialidade.

Agora, esses episódios começam e seguem um padrão rítmico, e o Ruburt reconhece-o. Começas a concentrar-te nos aspectos negativos (*sublinhado três vezes*) das notícias no jornal. Isso inicia tal episódio. Passas daí para os vizinhos, o ambiente, a condição do Ruburt e a Prentice.

Ao fazê-lo, o teu comportamento muda, e o Ruburt não está a projetar. Em algumas ocasiões — muito menos do que no passado — olhas para ele com grande impaciência e desaprovação, no que respeita à sua condição física, de tal modo que ele sente que teria mais dignidade sozinho de joelhos do que a tentar andar contigo com esse olhar nos teus olhos.

Ora, durante algum tempo ele não via esse olhar, e estavas a portar-te muito bem, mas “escorregaste” precisamente numa altura em que ele tentava pôr em prática os conselhos do meu livro.

Exageras negativamente a relação com a Prentice. Há aspectos negativos, mas concentras-te neles. Acusas o Ruburt de nunca esquecer uma coisa que disseste de natureza negativa, mas tu guardas todos os erros da Prentice na mente e, até agora, recusas-te a concentrar-te em qualquer coisa boa nessa relação.

Estás ciente do que há de bom, mas não te concentras nisso. Concentras-te nos aspectos negativos.

Ora, o Ruburt opôs-se a essa tua concentração ao produzir “Seven”. Agora, ele está muito apaixonado por ti, pelo que é difícil fazer passar alguns destes dados. Ele não gosta que te critiquem. As tuas próprias ideias acerca do artista na sociedade — ser pobre, maltratado e à mercê dos outros — ora, esta é uma crença nuclear tua que consideras uma verdade e a natureza da realidade.

Ela limita-te severamente. Projetaste-a nos contactos com editores. Agora, não me digas que “as coisas são assim”. Compreendes?

(“Sim.” Eu não ia discutir.)

Essa é a natureza de uma crença invisível. Se tivesses estado mais intimamente ligada às aulas do Ruburt, resultaria a mesma “confusão”. Agora, até recentemente o Ruburt tinha o mesmo tipo de crença relativamente ao corpo e às suas capacidades. O artista não era físico — dito de forma simples, uma descrição em miniatura.

Consegues reconhecer as limitações. Ele ainda está no processo de tentar superá-las. A liberdade — conquistada — tem trazido resultados financeiros e criativos nas áreas de trabalho. Resultou numa maior liberdade nas nossas sessões porque vocês os dois, em conjunto, discutiram as vossas crenças conscientes sobre as sessões, e o Ruburt percebeu que muitas das suas crenças anteriores aqui eram limitadas.

As tuas eram mais livres, mais construtivas, e ele acabou por compreender isso, pelo que o ajudaste. No entanto, não percebeste que também projetas que, se ele alimentava ressentimentos numa área, tu alimentavas-nos com igual teimosia noutra.

No verão passado houve melhorias importantes fisicamente, além de um renascimento das capacidades criativas do Ruburt. As razões deveriam ser óbvias. Cada um de vocês deu a si mesmo sugestões diárias que não são mais do que a repetição de novas crenças conscientes.

Tentaram mudar as vossas crenças e trabalharam nisso.

(Seguiram-se cerca de 4 páginas de material, mas foi rápido demais para gravar. Considerei essa a melhor parte da sessão, mas agora não a tenho para ler. É impossível para mim lembrar-me disto ao datilografar, claro. Tratava de espontaneidade e alegria, etc. — coisas óbvias, na verdade, que se tornam autoevidentes uma vez mencionadas — e de como os sintomas da Jane representam os nossos pensamentos negativos conjuntos. Os meus pais também foram discutidos. A sessão terminou às 23:20.

(O material sobre um ciclo negativo ser alimentado pela leitura dos jornais era novo para mim, e legítimo. Como resultado, deixei de ler, pelo menos, os jornais da Cidade de Nova Iorque, e notei uma melhoria nítida. A Jane e eu estávamos a discutir a sessão quando o Seth “apareceu” brevemente às 23:35:)

Bem: diga ao Ruburt que haverá escolas de pensamento construídas sobre crenças nucleares.

SESSÃO APAGADA

2 DE OUTUBRO DE 1972

(Às 21h20 acabámos de polvilhar o nosso gato Willy com pó contra pulgas.)

Agora quero ter uma conversa tranquila convosco os dois, mesmo que seja eu a falar na maior parte do tempo.

De um modo geral, é melhor que a leitura para os livros seja feita a sós, ou com aqueles com quem estão bem familiarizados e à vontade. Isto simplesmente porque há menos distrações psíquicas, e é mais fácil focar num único canal claro.

As necessidades e desejos dos outros naturalmente entram, e alguma energia tem de ser usada para os excluir. É por isso que não fiz uma leitura completa para a nossa Gaivota e amiga.

(Richard Bach e a sua editora, Eleanor Friede, que assistiram à 618.^a sessão de 28 de setembro de 1972. Fiquei um pouco surpreendido com estes dados; refletindo, pareceu-me que devíamos ter antecipado isso. Poderia ser uma boa ideia incluir esta parte da sessão com a próxima sessão regular.)

Quanto mais interessados e entusiasmados estão, claro, mais as suas próprias necessidades e respostas ressoam. É difícil para o Ruburt bloquear estas distrações psíquicas adicionais.

Foi também por essa razão que vos falei na outra noite. Ele estava a sair-se muito bem em ter de lidar com tais distrações quando comentaste sobre o material reencarnacional. Ele tomou isso como uma repreensão. Querias que a sessão seguisse mais claramente nessa direção, e ele perguntou-se se teria estado a bloquear.

Tudo o que o Dick Bach precisava naquela noite depois de Robert Browning era de mais uma história elaborada. Ele precisa desse desafio, como vos disse, por isso não era o Ruburt a bloquear.

(Não tive intenção de repreender a Jane quando lhe perguntei, durante uma pausa na 618.^a sessão, se iria dar ao Dick dados reencarnacionais mais específicos. Achei que ele os queria naquela altura. A referência a Robert Browning diz respeito a uma carta que o Dick recebeu de alguém [um médium?] que lhe disse que ele tinha sido Robert Browning numa vida passada.

(O Seth disse mais tarde que a minha pergunta à Jane foi o Nebene a falar. Tento controlar isto, e muitas vezes consigo.)

Com estranhos, as sessões são frequentemente pessoais, contudo, porque as suas próprias necessidades e reações emocionais são inicialmente tão vibrantes. Mais tarde, outro material que não lhes diz necessariamente respeito pode facilmente seguir-se.

O Ruburt saiu-se extremamente bem, considerando: a sua reação (*sorridente*) a uma nova “grande” editora. Agora dá-me um momento, pois quero que fiquem com parte deste material já.

A Gaivota é acima de tudo vossa amiga. Continuará a ser uma celebridade. Também terá algumas tempestades a enfrentar. É profundamente leal, ainda mais a ideias do que a pessoas, particularmente quando a sua necessidade de liberdade é respeitada. Será de grande ajuda para o Ruburt e no avanço do nosso trabalho.

Vocês também, naturalmente, beneficiarão. As repercussões ainda não começaram realmente.

(Possivelmente aqui o Seth refere-se aos resultados decorrentes de o Dick mencionar The Seth Material nos seus programas de TV e rádio ao falar do seu próprio livro, Jonathan Livingston Seagull, etc.)

A Gaivota também precisa de segurança amigável, e de alguma ajuda enquanto aprende a aprofundar-se pessoalmente na natureza da realidade e na sua própria realidade, e nós podemos ajudá-lo aí.

Agora. Quanto ao Aerofranz.

(O Tam Mossman, editor da Jane na Prentice-Hall, vem visitar-nos amanhã.)

O seu entusiasmo efervescente foi parcialmente responsável por ter contratado The Seth Material. Estava à procura de respostas, e era jovem: olhava em qualquer direção. Não era particularmente criterioso. Mas também não era rígido nas suas ideias, e percebeu a importância do material, e como jovem editor impressionou o seu chefe com o seu próprio entusiasmo. Foi aprendendo à medida que o livro progredia, e defendeu o livro o melhor que pôde na altura.

Ele procura milagres. Ouve esperançosamente cada voz, mas não é tolo. Vai chegar longe. O Ruburt é profundamente leal para com ele, e ele para com o Ruburt. O Aerofranz não é particularmente profissional no seu método. Não teve de lutar por um livro em termos firmes, mas a sua energia e crença ajudaram imenso na Prentice, e foram transmitidas aos vendedores.

As próprias ideias do Ruburt também mudaram. O Aerofranz de facto captou-as por vezes. No seu entusiasmo pelo livro, o melhor que conseguiu fazer com a sua falta de formação foi pensar nele em termos do melhor no mercado ocultista.

As próprias ideias do Ruburt, no passado, não eram suficientemente claras para contrariar isto. Não importava o que o Ruburt dissesse, pensava em si como alguém a trabalhar num campo altamente especializado e incompreendido, pequeno.

(Uma nota: li esta sessão à Jane depois de terminar, o que raramente faço. Quando acabei, ela surpreendeu-me ao dizer: “Ótimo. Agora posso

livrar-me dos meus sintomas porque estou a sair do campo ocultista. Agora já não tenho de ir a nenhum desses programas como médium”, etc.

(Eu, por mim, nunca tinha pensado que os sintomas da Jane tivessem tal causa, mas... continuo intrigado com o agravamento dos seus sintomas quando regressámos a casa depois da digressão para divulgar The Seth Material, em setembro de 1970. Agora podemos ver que ela está a entrar no mercado normal de livros de comércio. A Eleanor Friede e o Dick Bach enfatizaram ambos isto. O Tam Mossman está aqui enquanto escrevo isto. Ele também concordou em fazer toda a publicidade para os livros da Jane no mercado de comércio regular, em vez do ocultista.)

Existem ligações intuitivas e muito lúdicas entre o Ruburt e o Aerofranz que são altamente criativas. O Ruburt acabará com outro editor, mas também estará com o Aerofranz por algum tempo. Os dois juntos, percebem.

(Enquanto escrevo isto, a 3 de outubro, o Tam expressou o seu desejo de contratar já a Jane para Adventures In Consciousness. A Jane tem talvez o manuscrito a meio. A declaração do Tam foi bastante inesperada para nós. A Jane não tinha planos de lhe mostrar o manuscrito. Contudo, no decorrer da discussão esta tarde sobre assuntos profissionais, o manuscrito veio à tona. Depois do jantar, a Jane disse-me, no fundo: “Não sei como fazemos isto. Passa-se a algum nível entre nós, abaixo da consciência — esta coisa de decidir o que vamos fazer a seguir.”)

O Aerofranz terá também uma posição muito melhor. Há aqui um benefício forte, no facto de ele estar envolvido com o material, relativamente, desde o início. Tem intuição para ele. As próprias vendas gerarão contratos muito melhores.

Terei algumas palavras para lhe dizer pessoalmente, que irão pôr as coisas em ordem.

(Amanhã à noite na aula de ESP.)

Oversoul será seguido por outro.

Por agora não façam programas. Os livros estão a vender bem, e venderão ainda melhor. A vossa posição de não procurarem publicidade joga fortemente a vosso favor agora, no que toca a Seth Speaks e The Seth Material. Isto não será necessariamente o caso com Oversoul Seven.

Percebes a diferença?

(“Sim.”)

Falaremos disso mais tarde.

Não há necessidade agora.

Seagull é um livro diferente. O Console pode falar livremente dele em público, porque transporta em si próprio a sua linda camuflagem. Uma série de programas agora, contudo, iria contra o que estamos a tentar fazer. Percebes a diferença?

(“Sim.”)

Quando fizerem programas de vez em quando, mais tarde, a vossa posição estará assegurada. A Seagull (*com humor*) será o nosso anjo Gabriel.

Estou a tentar mencionar situações com que terão de lidar na prática, para que o vosso caminho seja mais fácil e não percam tempo com tais questões. Haverá dinheiro suficiente para que o material também possa ser distribuído em versão editada desde as primeiras sessões. É isto que devem fazer com dinheiro de que não precisem. Estou a dizer-vos com antecedência. A Seagull pode estar envolvida, mas também vocês tratarão da vossa própria parte financeira — isto é, também poderão contribuir financeiramente.

A Seagull vai à frente por nós, e de uma forma para a qual tu e o Ruburt não estão preparados. Ambos são demasiado solitários para esse tipo particular de empreendimento. A Seagull abre o apetite. Os seus leitores encontrarão mais onde o seu autor encontrou mais, por isso a Seagull voa verdadeiramente.

Ora, ele foi aluno vosso, como Nebene.

(Durante a 618.^a sessão, que o Dick e a Eleanor testemunharam, e durante a qual manifestei as características de Nebene ao questionar a Jane sobre dados reencarnacionais para o Dick e a Eleanor, a Jane também “viu” o Nebene junto à minha cadeira — como tinha acontecido anteriormente, alguns meses antes, quando a Sue Watkins estava presente. Desta vez, disse a Jane, o Nebene tinha mudado; o seu rosto estava menos contraído e estreito e exigente, mais aberto, etc.)

Haverá mudanças bastante grandes para ambos, a começar em breve, e dentro de dois anos toda a vossa situação física será alterada para melhor. Devem lembrar-se, contudo, de que o material é para todas as pessoas, não para alguns poucos.

Podem fazer a vossa pausa. (22h22–22h35.)

Agora vou ser mais claro.

Estão a assistir ao nascimento de um fenómeno. Os livros vão vender para além dos vossos sonhos mais arrojados.

Havia muitas probabilidades alternativas. Seagull é a que se materializou nesta realidade. A atitude muito aberta do Dick já ajudou imensamente o Ruburt — outro escritor, percebes; a fusão do escritor e do psíquico, altamente importante para o Ruburt. O Dick, porém, não sabia para onde ir depois de Seagull, até se deparar com o nosso material, e ele (sublinhado) vai ajudá-lo. Agora há uma ligação entre Oversoul 7 e a jovem alma, por vezes trapalhona — o eu criativo, cintilante e espontâneo do Ruburt — e o Aerofranz. Sentes a ligação?

(“Sim.”)

Há a mesma ligação com Seagull. Estou a dizer-te que todos vocês estavam ligados e estão. O Aerofranz sabia, muito bem, que o Ruburt

simplesmente tinha de fazer alguma ficção. Sabia também que o centro do ser do Ruburt estava envolvido com a nossa mensagem. O Ruburt também o sabia.

O Aerofranz conhecia as questões práticas da edição, na realidade dele. Havia energia de ambos os lados, mas o Seven era, e é, literalmente o eu interior do Ruburt a voar tal como a Gaivota voa — por diversão, livremente, sem ter de responder a perguntas e sem ter de ser trazido a especificidades.

A parábola jubilosa. O Aerofranz esteve envolvido nisso, no sentido em que reconheceu instantaneamente o Seven pelo que ele era, e respondeu instantaneamente ao entusiasmo do Seven. Tu, o Ruburt, o Aerofranz e o Richard estão então todos ligados.

Agora a Eleanor também, e a por vezes deliciosa sobranceria do Aerofranz encontra o seu espelho nas ligações da Eleanor. Não há acidentes. Nenhum de vocês é estranho. Em certa medida o Aerofranz também será apanhado nisto, sendo por isso considerado um editor melhor.

Disse-te uma vez que o Frederick Fell era um excelente editor para o livro do Ruburt. Nunca me questionaste diretamente sobre isso, mas o Ruburt não estava preparado para que esse livro vendesse de forma significativa, e era-lhe vantajoso que aparecesse, para lhe dar um livro, mas também que ficasse quieto por algum tempo.

O livro de bolso, no entanto, irá correr muito bem.

(A brochura está previsto para este outono segundo uma carta que a Jane recebeu da F. Fell há alguns meses.

(No fim de outubro, a F. Fell recusou uma chamada a cobrar da Jane. Ela queria perguntar-lhe quando sairia a brochura, etc.

(Nota: Em dezembro de 1972, um fã enviou à Jane uma carta que recebeu da F. Fell sobre a brochura de ESP. “Foi adiado indefinidamente.” A F. Fell, contudo, não escreveu à Jane.)

Por causa do Dick, envolver-te-ás com algumas pessoas consideradas importantes, mas caber-te-á a ti lembrar ao Dick das suas raízes. Tu não terás dificuldade em lembrar as tuas, por isso mantém as coisas simples.

As tuas pinturas, dentro de alguns anos, agora, estarão com alguma procura, e verás que te pões, de forma bastante espontânea, a fazer retratos multidimensionais.

O Ruburt tem sido frequentemente reanimado pelo teu apoio. Ele nunca esquecerá as flores, e isso acrescentou ao sentido de serenidade interior que está em processo de realização. Podes confiar nele em assuntos de negócios. Digo-to.

Continua o teu apoio e encorajamento físico. Leva-o a ir a lugares públicos, pois aqui é onde ele é mais fraco, para que ele construa o seu conflito. Ele até dançou em casa dos teus amigos, quando o estímulo se apresentou. Aí ele precisa do teu suave encorajamento.

Agora, esta noite não dei ditado, porque avançaremos quando as coisas ficarem mais calmas, e eu queria esta informação para vosso benefício.

(“É muito interessante.”)

A aliança com a Seagull, e qualquer excitação doméstica subsequente, foi altamente criativa e importante. Verão mais dele, mas haverá bons períodos tranquilos de trabalho pelo meio.

Um dos propósitos do Aerofranz foi assegurar que o material visse a luz do dia.

Despeço-me com uma afetuosa boa noite.

(“Muito obrigado, Seth. Foi um prazer.”)

(A Jane não se lembrava de muito do material, por isso li-lho. Ambos ficámos surpreendidos com as previsões, hesitantes em tomá-las literalmente, suponho; sobretudo as partes sobre excelentes vendas, o início de um fenómeno, etc. Não que sejamos avessos a essas coisas, mas tê-las declaradas assim tão cruamente...)

(No sábado passado a Jane e eu visitámos a Cec e o Jim Lord, na sua caravana em Westover Hills, Pine Valley. Vimos a filha recém-nascida deles, Jacqueline Ann, cujo nascimento a Jane tinha previsto com alguma precisão para a Cec. Foi lá que a Jane e eu dançámos; a primeira vez, disse a Jane, desde Marathon, Florida, em fevereiro passado.)

(Adicionar dados — 11 de outubro — chamada para a Jane do Timothy Foote, da Time Magazine — sobre a reportagem de capa sobre o Dick Bach. O Timothy Foote voará para aqui na sexta-feira, 13 de outubro, etc., para voltar a ligar sobre horários de voos. Ao contar-mo — e relermos também esta sessão — a Jane disse que seria mais do que uma menção casual de The Seth Material no artigo, e que agora conseguia sentir uma quantidade tremenda de energia a “agrupar-se” à volta do facto do Dick Bach, nós, o Seth, etc.)

(Ver notas da sessão apagada de 13 de outubro de 1972, e a sessão propriamente dita.)

(O artigo na Time saiu na segunda-feira, 6 de novembro de 1972, número de 13 de novembro de 1972.)

About what?” Pausa. “Posso fazer-te uma pergunta?)

Podes.

(“Tens algo a dizer sobre o Sr. Foote vir aqui?”)

(O Timothy Foote, editor de livros da Time Magazine, deve vir cá amanhã para entrevistar a Jane no âmbito de uma reportagem de capa que a revista está a fazer sobre o Dick Bach)

Nada mais do que o que deixei implícito nas observações que te fiz. Quero deixar-vos algumas surpresas; e repito que o Ruburt tenciona gozar o seu sucesso duramente conquistado. E podem contar com isso.

Tens sido inestimável para ele, particularmente ultimamente, e peço-te que consideres as tuas próprias crenças sobre a recuperação completa dele. Vocês reagem às crenças um do outro. E agora, uma afetuosa boa noite.
(“Obrigado. Igualmente para ti.” 23h45)

SESSÃO 620 (PARTE APAGADA)

11 de outubro de 1972

(Este material é retirado da sessão regular nº 620 de 11 de outubro de 1972.)

Ora bem. Um suplemento pessoal para o nosso amigo (Jane). Dá-nos um momento.

Há uma série de crenças, erigidas como blocos umas sobre as outras, que, naturalmente, formam a sua experiência. Ora, algumas são excelentes. As menos vantajosas foram usadas como métodos para produzir fins desejados e positivos — isto é, foram usadas ao serviço de “boas crenças”. É importante que isto seja compreendido.

Ele tinha, por exemplo, uma forte crença positiva nas suas próprias capacidades, energia e poder. Acreditava que não só podia desenvolver as suas capacidades e levá-las à fruição, como também ajudar os outros.

Tinha também uma crença — agora — bastante contraditória, na indignidade do seu ser. Esta foi aceite originalmente nesta vida, mas também por outras razões do passado, oriundas da mãe.

As ideias, obviamente, entravam em conflito, e cada uma recolhia crenças subsidiárias. Ele podia avançar, mas tinha de ir devagar, com cautela e salvaguardas, para garantir que as capacidades eram (sublinhado) concretizadas, não mal utilizadas, porque não confiava em si próprio.

A ideia de dinheiro também tinha conotações conflitantes. O pai tinha dinheiro e era inútil — segundo crenças iniciais recebidas da mãe. O pai era também, com dinheiro, agora, sexualmente promíscuo, de acordo com essas crenças.

Usar livre e plenamente as suas capacidades poderia, portanto, significar sucesso, dinheiro e licença sexual. As tuas próprias ideias sobre dinheiro e sucesso, claro, influenciaram as crenças dele: as vossas ideias combinadas, agora, de virtude e parcimónia, em oposição à licença. Assim, o Ruburt colocou-se numa posição — como ele sabe, agora — em que concentrou a maior parte da sua espontaneidade e atenção no trabalho para garantir a sua realização, ao mesmo tempo que cortava todas as outras distrações e possibilidades de abuso ou licença.

Assim, de certa forma, as crenças serviam-se mutuamente. Finalmente, começaram a alterar o equilíbrio. A morte da mãe dele, o facto de tu teres deixado o teu emprego e a sua própria compreensão crescente libertaram-no primeiro em termos financeiros, por causa de um conhecimento e crença sempre latentes na realidade da abundância — o pai dele tinha abundância, mesmo quando o Ruburt acreditava na pobreza em criança.

A ideia inverteu-se — altamente importante. Sempre lá esteve.

Isso, somado à necessidade de dinheiro quando deixaste a Artistic, e à libertação do medo — da crença — de que a assistência social ficaria com o que ele ganhasse. Os bloqueios à crença positiva desapareceram, e a crença inverteu-se — e rapidamente. Estás a seguir-me?

(“*Sim.*”)

A crença na indignidade básica ainda estava, no entanto, presente. Agora dá-nos tempo.

(23:20.) É isto que ainda mantém rédeas físicas sobre o corpo. A crença de que o eu deve ser mantido sob rédea — uma confiança no eu espontâneo dirigida para o trabalho, mas uma desconfiança do eu espontâneo quando não está assim dirigido.

Durante um período houve uma crise grave — que passou — quando ele teve dificuldade até em escrever e, já falámos disto, o conflito de imagens. Quando isso foi resolvido, a rutura criativa foi possível, e os ganhos financeiros resultantes.

Estes, por si, trazem, contudo, uma sensação de abundância que será traduzida fisicamente enquanto a crença negativa inicial for combatida e invertida. Dá-nos tempo.

Nunca foi, exceto no período referido, o “eu escritor” que o Ruburt desconfiava, mas ele temia pela dignidade do seu ser. O “eu escritor” era obviamente uma parte do seu ser e, assim, justificava-o.

Ele ainda acredita que tem de se manter sob rédea, porque vai (entre aspas) “desenfrear-se”. Esta é a crença básica que está a causar a condição física. Por vezes, ela torna-se invisível para ele — tão parte da experiência que não a reconhece conscientemente como uma ideia acerca da sua realidade, e não como uma afirmação de verdade sobre a sua natureza.

Isto é importante, porque, em larga medida, ele não se apercebeu disso.

Quando pensa que está conscientemente a dar bons conselhos a si próprio, fala muitas vezes consigo com a voz da crença — geralmente inconsciente. Algumas frases para ele reconhecer no futuro:

“É melhor eu acalmar-me. Estou demasiado excitado.”

“É melhor manter a calma e a compostura acerca disto.”

“Não quero que ninguém pense que sou frívolo.”

“Vou minimizar a vertente sexual para parecer respeitável.”

“Que ninguém pense que sou uma fêmea histérica.”

“Eu mexo-me depressa demais.”

Vês, ele tinha medo de que se movesse depressa demais para o seu próprio bem — que mover-se depressa fosse irresponsável. Ele tem de compreender que a crença básica referida é uma crença falha, projetada na realidade, e não um retrato dela. Essa é uma crença da qual ele não se conseguiu ainda dissociar.

Usou-a, portanto, como um contraponto de que não precisa. A crença foi gerada na infância, mas sempre foi o avesso da crença oposta nas suas capacidades. Se ele não confiasse tanto nas suas capacidades — à sua maneira particular — não teria sentido as outras porções livres-espontâneas como tão ameaçadoras. Estás a entender-me?

(“Sim.”)

Agora. Ele confia muito mais no nosso trabalho do que confiava — e isso é em nosso favor. Também está a começar a confiar em si, como pessoa. As realizações financeiras acrescentam respeito próprio. Ele vê, por exemplo, que também é apreciado como pessoa que tem certas capacidades, e isto está a começar a alterar as suas crenças sobre si mesmo.

A invisibilidade da crença, contudo, dificultou-lhe lidar com ela. A sua resolução consciente está ativada, e isto é muito importante. Agora, tens alguma pergunta?

(“Não.”)

Está preto no branco, e pode ser tratado. Ele já está a beneficiar — e desde a nossa sessão de agosto — mas a separação final da crença em relação ao eu é importante. *(Em tom mais baixo)* Ainda assim, o prognóstico é bom. Tens alguma pergunta?

(“Não.”)

Então despeço-me com uma afetuosa boa noite.

(“Obrigado.”)

E sorri.

(“De quê?” *Pausa.* “Posso fazer-te uma pergunta?”)

Podes.

(“Tens algo a dizer sobre o senhor Foote vir cá?”)

(Timothy Foote, editor de livros da revista Time, vem cá amanhã para entrevistar a Jane no âmbito de uma matéria de capa que a revista está a fazer sobre o Dick Bach.)

Nada mais do que o que insinuei nas observações que te dei. Quero deixar-vos algumas surpresas; e repito que o Ruburt tenciona desfrutar do sucesso arduamente conquistado. E podes contar com isso.

Tens sido inestimável para ele, particularmente ultimamente, e peço-te que consideres as tuas próprias crenças sobre a recuperação completa dele. Reagem às crenças um do outro. E agora, uma afetuosa boa noite.

(“Obrigado. Igualmente.” 23:45)

SESSÃO APAGADA
13 DE OUTUBRO DE 1972

(O Timothy Foote, editor sênior responsável pelo departamento de críticas de livros da Time Magazine, entrevistou hoje a Jane e a mim no âmbito de uma reportagem de capa que ele vai escrever sobre o Richard Bach e Jonathan Livingston Seagull.

(O Timothy Foote chegou de avião de Nova Iorque por volta do meio-dia e partiu às 16h30, conduzindo até Saratoga e ao Skidmore College para ver a filha. O Timothy Foote, a Jane e eu entendemo-nos muito bem; aparentemente todos gostámos uns dos outros. O Timothy Foote estava muito interessado nas capacidades da Jane e disse que gostaria de regressar para uma sessão com gravador. Vai escrever-nos.

(Como foi, o Seth falou muito brevemente com o Timothy Foote por volta das 15h00, discutindo algumas observações que todos tínhamos feito sobre a psicologia freudiana. Não foi gravado nem anotado. Na altura achei a breve aparição um pouco estranha, mas quando se percebeu que o Timothy Foote não ficaria para jantar, como planeáramos, a aparição do Seth fez todo o sentido.

(Um pouco mais tarde a Jane disse-me que percebeu que, quando o Seth falou, o Timothy estava desconfiado — “O Seth falaria agora, percebes, para causar impressão, etc.”

(O Timothy Foote disse à Jane que iria fazer a crítica de Seth Speaks para a revista. Nós não lho pedimos. Disse-nos que a sua crítica sobre o Richard Bach não “seria hostil”; ele não gostou particularmente do livro. A Jane, que gostou do Timothy Foote, disse-me mais tarde que, se ele tivesse ficado pela noite, teria feito uma sessão para ele; ainda assim, sentimos que houve razões para ele não ficar, e que tudo correu pelo melhor em geral.

(Não esperávamos sessão esta noite. Enquanto a Jane e eu discutíamos os acontecimentos do dia, no entanto, ela disse que o Seth estava por perto, e que poderíamos ter uma sessão se assim quiséssemos. Os dados seguintes contam, no essencial, aquilo de que nós os três falámos hoje. A sessão realizou-se na sala de trabalho da Jane.)

Agora...

(“Agora.”)

—uma conversa ao pé da lareira.

(Com humor.)

(“Está bem.”)

O Ruburt está a começar a perceber a coisa, como se costuma dizer. E claro que não é coincidência que o Timothy Foote, sendo o homem que é, tenha vindo aqui e esteja a fazer a história da Seagull.

Porque ele é um homem bondoso, bem-intencionado, inteligente, a tentar compreender a natureza da realidade usando a bitola das crenças disponíveis. O seu ceticismo interior benigno é o mesmo que existe em muitos leitores da revista. Eles irão (entre aspas) “querer acreditar” na Seagull e na sua história, por exemplo, mas não virão necessariamente de um pano de fundo homogéneo de aceitação. Percebes?

(“Sim.”)

Um indivíduo que aceitasse completamente o que se passa aqui, e a Seagull sem reservas, poderia (sublinhado) também possuir um fervor que poderia, ou seria capaz de, exagerar a situação, suscitando dentro das pessoas crenças conflitantes. Portanto, a abordagem do Timothy é excelente.

(Nota: 7 de novembro — o artigo do Timothy confirma isto muito bem.)

Para o Timothy, individual e pessoalmente, o que aconteceu aqui, por pouco que fosse, não é apenas importante para ele, mas em termos de continuidade liga-se ao interesse anterior em Lourdes, e retoma um fio que correu ao longo da sua vida. Ele está agora pronto para avançar em certas áreas.

(O Timothy Foote descreveu como teve conhecimento das curas em Lourdes, França, quando era correspondente de imprensa no estrangeiro, etc.)

Ele sempre se preocupou profundamente com a natureza da realidade, tanto do ponto de vista intelectual como emocional, e onde a Seagull não o alcançou pessoalmente, ficou fascinado pelo fenómeno da crença por detrás dela, e depois ficou fascinado pelo fenómeno da crença por detrás das curas de Lourdes.

(Pausa.)

O seu intelecto, no entanto, leva-o a fazer perguntas que são basicamente intuitivas. A Seagull não o alcança intelectualmente — ou seja, por si só não o inspira intelectualmente — enquanto o fenómeno por detrás dela inspira.

Isto tem a ver com as suas características e inclinações pessoais. Portanto, não é uma reflexão sobre a Seagull, mas sobre as várias formas como diferentes pessoas recebem tal informação.

O nosso material dará ao Timothy algo em que cravar os dentes, de formas que se adequam ao seu modo particular. Ele desempenha um papel em levar a mensagem às pessoas inicialmente em vários aspetos, da forma menos distorcida possível.

Não ignore as ligações de Saratoga do Timothy ou da Eleanor (Friede): para o Ruburt isto também proporciona um sentido de continuidade que tinha sido perdido, e um ponto de foco na sua vida, um ponto de reunião muito necessário, que servirá para reunir e até regenerar as suas energias. Ele será conhecido como um excelente escritor por direito próprio, e como alguém que produz o nosso material, o qual estará em posição de dar livremente ao mundo.

(Estranhamente, pelo menos temporariamente, a Jane e eu tínhamos ignorado as ligações de Saratoga envolvendo a Jane, a Eleanor e o Timothy. Certamente parecia mais do que coincidência que muitas das coisas boas que começavam a desenvolver-se envolvessem pessoas com este denominador comum a atravessar as suas vidas — Saratoga Springs, NY.)

Façam a vossa pausa.

Agora. As capacidades psíquicas do Ruburt, com a minha ajuda, permitem-lhe realizar e desenvolver as suas capacidades de escrita criativa. Nunca foi suposto abandoná-las no que lhe dizia respeito.

Parte da nossa mensagem envolve, naturalmente, o uso de todas as capacidades, e as próprias de escrita do Ruburt servem para ilustrar esse ponto. As suas capacidades não deviam ser fundidas nem desaparecer, talvez, dentro do trabalho psíquico nesses termos.

É verdade que todas brotam da mesma fonte — a criatividade — mas as divisões entre o uso que a sua personalidade faz dessas capacidades e o uso que eu faço delas não deviam ser dissolvidas. Ele tinha de estar livre para fazer ambas. Houve um período em que teve de aprender a reajustar-se, claro. Estava a aprender.

As vossas posições estão em processo de mudança drástica, como mencionei.

(Ver a sessão apagada de 2 de outubro de 1972.)

O meu material e os livros, os do Ruburt, e as tuas pinturas, vão afetar o mundo como o conheces. Através do Ruburt nunca houve um meio-termo. As suas características eram tais que a sua energia o levaria além em todas as áreas, se o levasse de todo.

Isto não poderia acontecer até que todas as camadas da sua personalidade—

(Fomos interrompidos pelo telefone às 21h20. Era o Tom Hartley, a tentar entrar em contacto com a Peg Gallagher. Ambos trabalham para o Elmira Star-Gazette. Depois da chamada li a última frase do Seth à Jane. O Seth então terminou-a:)

—estivessem alinhadas com as suas atividades, e desenvolvidas de forma a que pudesse lidar com as experiências subsequentes, incluindo o alargamento das vossas relações.

(Para mim:)

As tuas atitudes tiveram algo a ver com isso, mas também há uma harmonia interior, no sentido em que os acontecimentos acontecem quando estão prontos. O facto de teres deixado a Artistic também foi um elemento. Caso contrário, a tua atenção teria ficado demasiado dividida. A mensagem está agora suficientemente clara e firmemente estabelecida para poder ressoar livremente.

A aceitação do Ruburt, e de todas as suas capacidades, por parte da Eleanor e do Richard, também foi importante. Disse-te que o teu próprio trabalho mostraria um maior desenvolvimento, e assim será. E à sua maneira também transmitirá a mesma mensagem, e haverá uma ligação com uma galeria para ti.

Cada um de vocês está a desempenhar papéis que aceitou. O Richard, a Eleanor, o Tam, o Timothy, e vocês próprios. Cada um a assumir os papéis que melhor sabe desempenhar, e a desenvolver o próprio potencial ao fazê-lo.

E o nosso livro vai realmente descolar, e é tudo o que te direi por agora. *(Com ênfase.)*

(“Obrigado.”)

E o nosso amigo (Timothy Foote) voltará com um gravador.

(Ver carta do Timothy de segunda-feira, 16 de outubro de 1972.)

(Pausa às 21h27.) Dá-nos um momento. Um pós-escrito. É para a filha do Timothy, ou melhor, é para o Timothy sobre o pedido da filha.

(O Timothy disse à Jane que a sua filha de 16 anos apresentou duas perguntas para o Seth: “Existe um Deus? Ele sabe o que se passa cá em baixo?” Esperamos ter recordado com exatidão.)

Deixa-me começar com humor dizendo: “Sim, Virgínia, há um Pai Natal.”

(A Jane disse-me depois da sessão que esta citação se refere a uma conhecida história de jornal de há alguns anos.)

Do mesmo modo: sim, existe um Deus. A Terra surge. É dada como um presente ao teu nascimento. Está lá, então, como os brinquedos do Pai Natal quando eras criança. Perguntas: quem é o doador?

A criança aceita a resposta do Pai Natal durante alguns anos, e depois desilude-se, percebendo que o Pai Natal das histórias de Natal é um mito. Assim, de muitas formas, as histórias de um Deus são mitos, mas ainda ficas com um saco de brinquedos numa mão e a luxuosa Terra na outra, por isso a questão continua.

A minha resposta é que os mitos, à sua maneira, tentam insinuar respostas que são basicamente não verbais, e conceitos que são eles próprios a nascente de onde brota a Terra e toda a existência.

Existe um Deus, ou um ser, ou uma fonte por detrás de toda a realidade? Tu sabes a resposta tão bem como qualquer outra pessoa. Estás

tão vivo e consciente como qualquer outro, e os segredos do teu ser são também os segredos do ser.

Tens de olhar para dentro de ti, então, pois em última análise o início e a fonte da criatividade e do ser residem em cada consciência individual, da mesma forma que cada árvore contém a sua própria semente. Portanto, é para a semente do teu próprio saber que deves olhar para tais respostas.

É apenas porque dizes a ti próprio que não sabes as respostas que elas te parecem indisponíveis. Isto é, muito brevemente, o início de uma resposta a uma questão que por si só inicia outras questões, e assim deve ser na tua própria mente.

A tua preocupação com ela, a questão, é bastante prática, quer saibas ou não, porque as tuas ideias sobre a natureza da realidade vão colorir todas as tuas ações dentro da experiência física.

E isso é o fim.

(“Muito obrigado, Seth. Foi muito bonito.”)

Agora. Vou deixar o nosso amigo aqui descansar.

(Na verdade, a referência humorística do Seth à Jane marcou o fim da sessão, que foi bastante curta.

(Será enviada uma cópia da resposta do Seth à filha do Timothy, provavelmente depois de sair o artigo dele sobre o Dick Bach na Time Magazine. [Cópia enviada ao Timothy Foote a 21 de outubro, sábado.]

(Nota adicional: o Timothy Foote também disse à Jane e a mim que gostaria de fazer uma reportagem sobre a Jane, o Seth e eu para a Time Magazine, mas que provavelmente nunca seria feita, a revista sendo “demasiado secular” — palavras do Timothy Foote. Não sei se ele queria dizer reportagem de capa, como a do Dick Bach.

(Secular significa mundano, temporal, não religioso, etc., segundo o dicionário. (Ver carta do Timothy Foote de 16 de outubro, segunda-feira. Enviada dois dias depois. Recebemo-la na sexta-feira, 20 de outubro.

(Reportagem de capa sobre o Richard Bach: 13 de novembro de 1972.)

SESSÃO 621 (PARTE APAGADA)
16 DE OUTUBRO DE 1972

(Este material foi retirado da 621.ª sessão regular.)

Agora, algumas observações e depois algum ditado. (Sobre o livro do Seth.) Peçam ao Ruburt para mencionar os exemplares do livro na aula. Isso ficará tratado.

(“Está bem.” Creio que a Jane se esqueceu de o fazer no dia seguinte.)

Agora. Ele está a começar a utilizar fisicamente conhecimentos importantes. Ele precisa do teu entusiasmo, e tu precisas de trabalhar as tuas crenças relativas à condição dele.

Disseste ao Timothy aquilo que eu disse aos Petries, sobre a importância da telepatia e das ideias relativamente à Peg, e, no entanto, muitas vezes não percebes essas implicações com o Ruburt. O entusiasmo dele por um programa é importante. O programa em si importa pouco. Percebes?

(“Sim.”)

(O Timothy é o Timothy Foote, editor de livros da *Time Magazine*, que entrevistou a Jane na sexta-feira passada, 13 de outubro, a propósito de uma reportagem de capa sobre o Richard Bach, etc.)

A reviravolta física está a chegar, e será resultado de um abalo nas crenças. No seu sistema de valores, *Seagull*, etc., tinha de acontecer, ou algo semelhante. Um acontecimento razoavelmente surpreendente pode estar ligado aqui.

As coisas vão destravar depois do artigo da *Time*.

(Na próxima semana.)

(A história apareceu de facto a 6 de novembro de 1972 — segunda-feira. Datada de 13 de novembro.)

O Ruburt aceitou algumas crenças tuas porque te admirava. Sem culpa para ti. As crenças foram necessárias ao desenvolvimento dele. Temperaram outras, mas agora ele deve tomar consciência do seu próprio fluxo natural e segui-lo.

Algumas sessões, por exemplo, podem ser bastante longas, mas o momento é o certo.

Ele tem inibido aspetos físicos em termos de decoração, etc., sair — essas áreas — por um sentido de dever. Mas o seu próprio ritmo pode agora afirmar-se, e quando ele anda a “mexericar” também está a pensar e a criar psiquicamente.

Agora, os vossos ritmos de trabalho podem nem sempre coincidir. Isso cabe aos dois resolverem a nível consciente.

Amanhã, por exemplo, deixa que ele, sem culpa, use o dia para mexericar no quarto, brincar com poesia, fazer o que vier naturalmente sem sentimento de culpa.

(“Está bem, eu digo-lhe.”)

Ele ainda se sente mais livre sozinho fisicamente, e mais consciente de si ao, por exemplo, levantar-se quando estás presente. Se ambos se lembrarem de mudar as vossas crenças de forma lúdica, então isso deixará de ser o caso. Estás a acompanhar?

(“Sim.”)

A vossa vida sexual — e já vos disse isto inúmeras vezes — é importante. A vossa vida sexual emocional (sublinhado), como a noite passada mostra; quando baixam a guarda um com o outro e mostram realmente o que sentem.

Agora. Descansa a mão e teremos mais um pouco de ditado.

(A Jane ficou quieta brevemente ainda em transe, depois retomou o ditado para o livro do Seth.

(Ver a 621.ª sessão regular, desta data, para mais sobre o Timothy Foote, etc.

(O artigo da Time adiado uma semana, presumivelmente para segunda-feira, 30 de outubro de 1972. A Eleanor Friede disse à Jane numa chamada na segunda à noite, 23 de outubro. Uma amiga da Eleanor viu parte do texto do Timothy Foote.)

SESSÃO 625 (PARTE APAGADA)

1 DE NOVEMBRO DE 1972

Agora. Fim da ditado. O próximo bloco de material quero dar-vos-lo no início da próxima sessão para o livro.

Em vez disso, tenho algumas observações para vocês os dois. Agora quero que façam uma lista de crenças sobre ti próprio e outra lista de crenças sobre o Ruburt. Quero que ele faça uma lista das crenças dele sobre ti. Quero que ele se concentre, agora, nas crenças que estão a funcionar a seu favor, para, de modo bem consciente, reforçar o sentido do seu próprio valor enumerando os usos a que tem posto as suas capacidades. Depois, quero que ele sublinhe, esta semana, todos os seus pontos positivos e, tanto quanto possível durante esse período, ignore os negativos.

Duas vezes por dia, durante 15 minutos de cada vez, para substituir a psico-cibernética, quero que ele medite sobre estas atividades e características positivas. Isto ajudará automaticamente a substituir algumas das crenças negativas relativas à falta de merecimento e é uma forma eficaz de evitar armadilhas.

Durante uma semana quero que tu também te concentres, quando pensares nele, nos pontos positivos, capacidades e realizações do Ruburt, até eu avançar mais no nosso livro. Não compreendes a fundo a interação das crenças, a troca de padrões de energia.

Agora, o mesmo exercício para os leitores fará parte do livro num capítulo posterior que tratará parcialmente desse assunto. Em termos simples, estarás a retirar energia de uma área e a colocá-la noutra. Agora é o fim da sessão. Voltaremos ao capítulo cinco na nossa próxima sessão. *(Mais alto:)* As minhas mais calorosas saudações a ambos.

(«Obrigado. Boa noite, Seth.»)

SESSÃO 627 (TRECHO APAGADO)

13 DE NOVEMBRO DE 1972

(Esta é a última parte da 627.ª sessão. Seth pediu uma pausa para a Jane às 22h30 porque ela estava a tossir de forma bastante constante há algum tempo. Isto interrompeu o material do Capítulo Seis do livro de Seth, mas, já que houve uma pausa, sugeri que Seth dissesse algo sobre a constipação da Jane. Ela tinha-a há talvez seis semanas — desde, pensei eu, a visita à minha mãe e ao meu irmão em Rochester, NY. Estava intrigado por ela se prolongar tanto.)

Bem. Dá-nos um momento. Parte da informação dar-vos-emos esta noite, e outra parte no ditado da próxima sessão. Estou a manter a voz dele baixa.

Agora. Ele está a lidar com crenças, a baralhá-las. Os sintomas da constipação começaram há algum tempo, e têm sido mantidos enquanto ele decide dispensar os mais familiares. A constipação não envolve lentidão física.

Traz, no entanto, à superfície outros sentimentos físicos que estão ligados aos sintomas habituais. Ele deve ver a ligação. Os seios nasais estão envolvidos. A sensação de estar cheio através do corpo — pesado — tem uma ligação com a sensação de cabeça cheia, inicialmente de origem sinusal física.

Quando começou a reprimir a espontaneidade física, o enrijecer da cabeça, pescoço e maxilares esteve envolvido, levando a uma condição sinusal. A constipação tem a intenção de o conduzir mental e fisicamente de volta através do grupo de crenças que inicialmente causou toda a condição.

Começa com a sensação de indignidade tantas vezes mencionada, mas levou a um padrão de comportamento em que começou a prender a respiração, por assim dizer, a enrijecer os músculos em autoproteção. Prender a respiração, no entanto, como em susto.

Os sintomas da constipação, contudo, também conduzem a uma certa sensação de fluidez em vez de secura, o que, por si só, evoca movimento.

Os sintomas da constipação também funcionaram para aumentar a circulação. O corpo, ao combater os “novos” sintomas (entre aspas), está também a criar anticorpos que afetam os sintomas antigos. Ele tem tido mais apetite. O corpo tem pedido mais comida e nutrição e, de forma totalmente inconsciente, ele tem consumido uma quantidade maior de manteiga de amendoim, que lhe está a fornecer vários nutrientes de que precisa.

O facto é, claro, que ele não precisa de nenhum dos sintomas, mas, na inter-relação das suas crenças, a constipação resulta como um método de compreensão e de provocar certas mudanças físicas necessárias.

A constipação começou depois de Eleanor (Friede) ter mostrado tal prazer com a autobiografia da Jane *Rich Bed*.

(A carta da Eleanor sobre isto está datada de 4 de outubro de 1972. Estivemos em Rochester de 6 a 8 de outubro de 1972.)

No passado de Ruburt uma constipação era o único sintoma bastante aceitável, na infância, de fuga, por exemplo.

Intuitivamente começou a compreender as ligações físicas entre esse tipo de constipação e o envolvimento sinusal, e a sua condição.

(Gestos para incluir o corpo inteiro.)

Uma constipação é algo que vem e vai, e não é permanente, e ele deve ver os outros sintomas nessa mesma perspetiva — não como os via antes, como uma situação quase permanente.

Ele compreende bem como na infância adotava constipações e depois as descartava, e deve então ver os outros sintomas da mesma forma. Por estas razões a constipação foi adotada. Ele precisava de ver como, num incidente relativamente inofensivo, em miniatura, por assim dizer, podia criar tais condições como a constipação, e ao ultrapassá-la ver como pode também ultrapassar os outros sintomas.

Tudo, então, uma lição sobre a natureza das crenças à medida que as aplica ao seu próprio corpo e comportamento. Um caso de teste. “Vou dar isto a mim próprio, e livrar-me disto, e depois aplicar o que aprendi a esta outra situação que me tem incomodado.”

E diga-lhe que estas ideias têm estado muito próximas da consciência comum.

O público, ou as pessoas, também têm estado envolvidas neste caso de teste. Ele precisava de saber que as pessoas viam e reconheciam os sintomas de uma constipação, para que, quando estivesse livre dela, pudesse ver por si mesmo que já não percebiam esses sintomas nele.

Antes tinha medo, percebe, de que os seus sintomas se tivessem tornado tão reais para os outros que continuariam a percebê-los. Noutras palavras, para um caso de teste, produziu uma situação simbólica em

miniatura materializada fisicamente. A sua resolução tem como objetivo dar-lhe confiança de que pode ser feito nesta outra área.

A constipação, para além disso, também é simbólica, no sentido de que o seu embate com os outros sintomas tinha a ver, em certa medida, com estar “ao frio” — de fora.

Rich Bed é altamente importante para ele, pessoal e criativamente. Deixaria de se sentir ao frio por várias razões, principalmente porque o livro combinava de forma tão bela a continuidade da sua vida anterior com as suas atividades posteriores.

Agora, estar ao frio também significa estar rígido. Os anticorpos produzidos pelos sintomas da constipação resultam numa atividade corporal que produziu alguma febre — mas benigna, que o aquece e aumenta a circulação.

(*Longa pausa.*) A tosse também pôs em funcionamento o uso de certos músculos, particularmente na zona do peito, e desviou-lhe a atenção de outras áreas do corpo que estão a ser revitalizadas enquanto a sua atenção está noutro lugar.

A constipação, por exemplo, também está a trazer em particular um aumento do fluxo sanguíneo através da zona da cabeça e pescoço, e também para as extremidades. Certas tensões foram aliviadas fisicamente. Corporalmente, a constipação cria uma tática de diversão — ainda uma situação de stress, mas uma impermanente, que muda momentaneamente a produção hormonal.

Representa, então, alterações de crenças no sentido de uma condição mais benéfica. Houve outra altura em que uma situação semelhante foi estabelecida. A duração da constipação foi então bem mais breve, embora muito intensa, mas a sua condição geral era melhor nessa altura.

Então a constipação serviu para melhorar drasticamente a sua saúde. Mas, como não compreendeu a natureza das suas crenças, a melhoria, embora durasse algum tempo, deteriorou-se. Desta vez a condição geral do corpo, usando o método adotado, exigiu um período mais longo de tal transformação sob stress, e por isso a constipação foi de maior duração.

Há bastante mais que posso dizer relativamente às vossas atitudes em relação a essas pobres pessoas não tão sensatas como vós (*mais alto*) — às vossas crenças sobre elas, mas isso pode esperar até depois do ditado na próxima sessão.

Agora despeço-me com um afetuoso boa noite, ou podem fazer uma pausa se preferirem.

(*“Fazemos a pausa.”*)

Agora, antes de vos deixar então para a noite, farei uma recomendação. A situação do telefone, tal como ocorreu em duas ocasiões recentes, levanta em ambos um belo caso de crenças, crenças conflituosas, da parte de ambos. Sempre que tais situações carregadas acontecem, são

sempre o resultado de crenças não conscientemente examinadas. Têm a ver, da parte de ambos, com ideias de espontaneidade e comunicação. Refiro-me ao episódio com Cec Lord e ao homem que telefonou na outra noite.

Por trás dos acontecimentos, portanto, estão crenças altamente carregadas sobre a (sublinhado) realidade, que nenhum de vós examinou, e sobre a vossa relação um com o outro, a vossa posição relativamente ao mundo exterior, bem como ideias sobre liberdade, espontaneidade e responsabilidade.

Quero então que façam uma lista das vossas crenças relativamente a esses acontecimentos. Se as considerarem como crenças que mantêm, ambos, então deverão ser capazes de discuti-las calmamente e compreender o que acontece. Não compreenderam as vossas próprias crenças, muito menos as comunicaram ao outro, e o vosso comportamento conjunto nesses casos resultou em grande medida porque cada um de vós mantém ideias conflituosas em si próprio.

Não é só que as vossas ideias conjuntas possam conflitar, mas que dentro de vós próprios mantêm ideias conflituosas relativamente a tais situações. Um exercício assim também esclarecerá outras questões, e em áreas que não suspeitam. Posso então contar convosco, ambos, para enfrentar o desafio e fazer o que sugeri?

(“Sim.”)

E não no próximo mês. Despeço-me então com um afetuoso boa noite.

(“O mesmo para ti, Seth. Muito obrigado.”)

A posição do teu pénis também está envolvida em algumas das crenças escondidas e não reconhecidas, e surgirá num tal exame.

(“Boa noite.”)

Um afetuoso boa noite.

(Nota acrescentada após a morte da Jane em 1984: ela trabalhou periodicamente na sua interessantíssima autobiografia, From This Rich Bed, ao longo dos anos, mas nunca chegou a terminá-la. Continuo a ter o manuscrito.)

SESSÃO 628 (PARTE APAGADA)

15 DE NOVEMBRO DE 1972

(Esta é a última entrega da 628.^a sessão. Antes da sessão perguntei se o Seth falaria sobre a reportagem de capa da *Time Magazine* sobre o Richard Bach, na edição de 13 de novembro, publicada a 6 de novembro; e sobre as várias previsões feitas relativamente a vendas, etc., nas recentes sessões apagadas.)

Vou continuar com este fascinante assunto na nossa próxima sessão.

(Mais alto. Uma referência a Augusto no Capítulo 6 de *Personal Reality*.)

Agora. Parece que querem resultados imediatos, mas tudo leva tempo — (com humor)

(“Percebo.”)

— sublinhado, no vosso tempo.

Alguns dos resultados mencionados anteriormente virão de conversas que a *Seagull* terá com pessoas na Califórnia, que lhe perguntarão sobre nós. E o *Seven (Oversoul 7)* também será mencionado.

O Timothy (Foote) não vos esquecerá pelas suas próprias razões. O seu interesse foi despertado, e ele irá prosseguir-lo. *Rich Bed* surgirá num futuro próximo.

Em sonhos (recentemente) o Ruburt tentou avaliar as suas experiências psíquicas e não conseguiu fazê-lo. Em *Adventures* ele conseguirá.

A outra informação dada continua a aplicar-se, mas tudo se desenrola nos vossos termos de tempo. O vosso trabalho com crenças hoje foi muito benéfico e também o foram as vossas listas da noite. Geraram entusiasmo. Já vos disse isto antes: há muito ainda não dado no livro, que não compreendem.

O vosso encorajamento amoroso ajudará o Ruburt a mudar as próprias crenças dele, pois vocês podem (três vezes sublinhado) ajudá-lo a confiar no seu corpo físico. Não podem fazê-lo por ele, mas podem ajudar ou dificultar o progresso dele.

Ele portou-se melhor que o habitual (vírgula), recentemente, na loja hoje, e imediatamente descobriu que se substituíra por um forte ataque de tosse (na loja P&C) — altamente revelador. Mas, no seu esquema de crenças, uma tosse pode ser relativamente fácil de descartar, e ele estava consciente disso.

Muito ficará claro à medida que o livro progrida, mas o vosso trabalho conjunto com crenças é de grande valor.

Terei algumas observações a fazer sobre o *I Ching*, mas lembra-me depois do nosso próximo ditado. Será de grande interesse em geral também. Só é atingido um certo nível, no entanto, e é necessária grande

cautela na interpretação de símbolos que têm origem numa civilização inteiramente diferente da vossa.

A versão do Murphy é mais aplicável do que a versão antiga a que o Ruburt se referiu.

A lista dele com os objetivos físicos é excelente. Já vos disse antes que algum período físico em forma de jogo devia ser adotado, e sugiro as vossas raquetes e pássaros — mas atividade considerada divertida.

Agora despeço-me com uma afetuosa boa noite — a menos que estejam prontos para mais ditado. (Mais alto.)

(“Não.”)

As minhas mais cordiais saudações.

(“Obrigado, Seth, e boa noite.”)

SESSÃO APAGADA

24 DE NOVEMBRO DE 1972

Agora: grande parte da informação, e a parte mais pertinente, está enterrada nos vossos ficheiros — tentei dar os dados de várias formas, embora tenham sido também bastante claramente dados em termos da relação física várias vezes; e apenas numa altura específica é que tentaram tirar partido disso.

Está tudo lá, preto no branco, incluindo sugestões na área sexual, porque seria vantajoso, os vários pontos emocionais de resistência que surgiriam durante tais encontros, e o seu significado, e muito mais.

Iniciei programas. A importância de alguns deles era que o Ruburt sentiria simplesmente que tu estavas a tomar um interesse íntimo ativo, e a dar uma mão positiva.

Sugiro, se isso me fizer algum bem, que ambos peguem no trabalho envolvido e encontrem essas sessões e finalmente as ponham em prática. Disse-vos que ele se sentia emocionalmente privado, quer isso parecesse lógico ou não — que se sentia não estimado, quer isso parecesse lógico ou não.

Perante isto, lançou ainda maior determinação no seu trabalho e no seu “sucesso” (entre aspas), para compensar o que sentia como outras deficiências. Todas as áreas se tornaram, portanto, mais sensíveis. A culpa era projetada por ele noutras áreas, porque só quando deixava realmente os pensamentos virem à superfície é que te culpava de alguma forma. E, quando o fazia, sentia-se culpado porque sabia que tu de facto o amavas.

Sentia-se emocionalmente privado de qualquer forma. No teu próprio passado aprendeste a manifestar desaprovação silenciosa. Tornou-se um mecanismo de defesa. Ele manteve os sintomas por várias razões — e

novamente, todas já dadas — para preservar a relação que tinham, por exemplo.

Sentia que, apesar de toda a tua conversa, querias que ele disciplinasse a espontaneidade de uma forma basicamente impossível para ele, que a libertar isso em termos físicos significaria dois perigos: tu achá-lo-ias insuportável; e a sua sexualidade, libertada, exigiria então satisfação. Temia que pudesse procurar fora. Tu treinaste-te para não demonstrar emoção de natureza calorosa, espontânea, feliz, e ele precisa desse tipo de demonstração.

A autoproteção impedia-te de o fazer. O teu amor por ele no início foi forte o suficiente para te libertar até certo ponto, por isso ele sabia que isso existia em ti. Ele sentiu-o, e ficou furioso depois de o provar, por lhe ser negado por qualquer razão.

Como te disse, lutou por isso. Tiveram discussões e reconciliações. Depois de certo ponto, a teimosia dele foi despertada, e ele sentiu que tu querias que ele implorasse por aquilo que deveria ser dele. Agora todo o material de ligação foi dado, e apresentado de diferentes formas.

Os sintomas eram também uma proteção. Ele estava a tentar conter-se, para não ser novamente despertado por promessas apenas para ser rejeitado de novo quando tu recuavas. Há uma ligação, claro, com a reação da mãe dele, simplesmente um padrão habitual em que ela dizia ao Ruburt que o amava e depois, aos olhos dele, era cruel.

As palavras significavam pouco. Por outro lado, ele quase se teria contentado com as palavras. O equilíbrio para ele mudou. Onde os dois tinham estado emocionalmente aliados, ele sentiu que tu estavas do outro lado. Assim como tem de se vigiar perante o mundo, tem de se vigiar perante ti.

Tu eras a única que podia realmente magoá-lo se ele se soltasse, pelo teu rejeitar das suas dimensões emocionais, sentia ele. Sentia que tu apenas aceitavas certas partes dele. Outras não seriam aceites, e tu fugirias delas.

O corpo gritava por ser tocado. Dizia “não estou a ser nutrido.” Ele continuava a tentar chamar a tua atenção com os sintomas enquanto ao mesmo tempo os usava para se proteger, a menos que visse sinais do calor e aceitação específicos que precisava. Sentia que não podia dar-se ao luxo de largar os sintomas a menos que estivesse disposto a desistir totalmente de ti — e não estava disposto a isso.

Tudo isto já foi dito, Joseph. Ele observava e esperava para ver se trarias as suas raquetes quando eu sugeri — para ele, um símbolo de que tu tolerarias a frivolidade em termos de tal jogo.

Não pensava que quisesses que ele ficasse livre de sintomas, porque pensava que então terias de enfrentar problemas de emocionalismo que desejavas evitar a todo o custo.

Sempre que ele começava a melhorar, algumas destas questões tornavam-se bastante claras e óbvias. De certo modo, os dois apartamentos, sentia ele, eram um símbolo honesto da vossa relação. Quando ele te irritava a agitar-se na cama, era claro que era isso mesmo que a agitação na cama devia fazer — lembrar-te da sua presença lá.

A tua resposta, “Levanta-te, ou vai para o outro quarto,” ele interpretava como a rejeição básica.

Há pontos definidos — e verifica as sessões antigas — onde resistências emocionais serão atingidas e ele quererá chorar durante o encontro sexual. Devem ser ultrapassadas, e estão detalhadas, ou isto está detalhado para ti.

Sentia que tu não querias que ele melhorasse, porque então terias esses problemas para considerar, e isso incomodava-te. Por um lado, então, ele não queria que tivesses de lidar com eles, especialmente se ele pudesse aguentar a tensão. Contudo, havia ao mesmo tempo grande ressentimento: “Quão doente tenho de ficar antes que voltes para mim, e como posso ter a certeza disso?”

Isto era ainda, percebes, bastante egoísta, no sentido em que tu és a pessoa que ele quer. Ele estava disposto a fazê-lo. Ele não procura um interminável caso amoroso adolescente, mas nos seus termos (sublinhado) o simples amor de criatura emocional, apoio, que sentia que tu, pela tua natureza, retinhas em grande parte.

Para compensar, ele percebia que tu davas tudo o que podias, que eras a sua parceira no trabalho, na seriedade e em empreendimentos importantes (sublinhado), mas queria toques, e por causa da sua natureza, reafirmações.

Tentou mostrar-te o seu amor, mas acabou por se envergonhar de precisar de ti, e até sentiu que pensavas menos dele por isso. Isso incomodava-te e irritava-te, já que era uma exigência, e ele não acreditava em exigências — e uma que trazia problemas dentro de ti.

O material reencarnatório dado no quarto ali uma noite foi também uma declaração dessa natureza — a noite em que o Ruburt se relacionou contigo como a sacerdotisa-prostituta que visitaste.

A tua falta de comunicação verbal dos teus sentimentos exatos, mais a tua facilidade aprendida em expressar desaprovação pelo rosto, só lhe permitiram reforçar as suas ideias.

O teu rosto não expressa com tanta facilidade o prazer, por isso isso não se mostrava fisicamente com frequência. Mas novamente, meu caro amigo, isto já foi dado nestes mesmos termos.

Uma nota: não vos vou reter até tarde. Podem fazer uma pausa agora se quiserem.

(“Está bem.”)

(23h25. O transe da Jane tinha sido bom. “Estou tão fraca como água,” disse ela. “E além disso, sinto-me com vontade de vomitar.” Não o

fez, mas sentiu-se definitivamente mal. Disse-lhe que era por causa dos dados da sessão. Tínhamos pedido a sessão ontem, à luz do que viera à tona sobre os nossos problemas nos últimos dias desta semana. Sentíamos que tínhamos aprendido muito.

(A sessão terminou aqui. Estávamos cansados. A sessão tinha começado tarde porque tínhamos tido visitantes inesperados de fora da cidade que tinham ouvido falar de nós — simplesmente apareceram...

(Já eu fiz melhorias emocionais, e a Jane fez melhorias físicas.)

SESSÃO APAGADA

26 DE NOVEMBRO DE 1972

(Esta sessão foi bastante inesperada e espontânea. Cresceu a partir da última sessão apagada de 24 de novembro de 1972. Responde muito bem às tentativas que a Jane e eu temos feito para integrar a sessão de 24 de novembro e a 367.^a sessão de 1 de outubro de 1967. A Jane sentiu-se muito melhor nos últimos dois dias, etc.)

Agora, boa noite—

(“Boa noite, Seth.”)

—e bom raciocínio, ao pedirem a interpretação. (Da 367.^a) A sessão continha informação sobre aspetos vitais da personalidade do Ruburt, mas dada nos vossos termos num período de tempo específico. Material mais íntimo, relativo à vossa própria relação, não podia ser dado naquela altura, do tipo dado mais tarde. Ele não o permitiria.

O ponto sobre o sucesso ser um fator crítico (na 367.^a) também significa que era um fator potencialmente criativo. Poderia fazer incidir vários potenciais que poderiam ser usados positivamente ou, nos vossos termos, negativamente.

O que não foi dito é isto: ele sentia que ninguém com quem tinha estado intimamente envolvido acreditava nele como pessoa, ou confiava no seu valor intrínseco, exceto tu. O vosso encontro e amor ajudaram a reforçar todos os seus próprios aspetos criativos e reacenderam a sua fé em si mesmo. Enquanto tinha essa fé forte em si, as outras tendências, incluindo as ideias de falso profeta, perderam toda a importância, salvo a mais diminuta.

A mãe dele, o Padre Ryan, o Walter, alguns amigos da universidade, o Mozet, o Hays — todas essas pessoas de uma forma ou de outra insinuaram fortemente, por vezes, que ele era ou um santo ou um diabo, um criador ou um destruidor. Ele manteve a sua fé em si mesmo apesar dessas probabilidades, e devido à vitalidade da sua juventude.

Só tu pareceste aceitá-lo como a pessoa que era. O amor é um grande conciliador, e o maior curador, e também a confiança. Parte disto pode ser

dada mais tarde se quiseses ligações específicas. À medida que as tuas próprias queixas cresceram, no entanto, sobre o teu trabalho, esta casa, editores, e o comportamento dele, ele começou a sentir que não tinha a tua confiança, e portanto as velhas dúvidas, lentamente no início, começaram a emergir.

Ele tinha medo de tomar uma decisão com receio de que fosse a errada, e por vezes literalmente medo de se mexer com receio de dar o passo errado, e ganhar o teu desagrado ou desaprovação.

É verdade que durante algum tempo ele projetou em ti partes das suas próprias porções demasiado conscienciosas, e depois reagiu; mas também é verdade que tu te treinaste a mostrar desagrado através de um pesado silêncio, e tinhas receio de mostrar as tuas emoções mais alegres e solares.

Quando ele era espontâneo, parecia que tu de facto (sublinhado) desaprovavas. Na altura em que essa sessão foi dada (367.^a) esses elementos eram predominantes. Foi por causa do grande amor que tinha por ti e do conhecimento do teu grande amor por ele que a tua desaprovação, por contraste, era (sublinhado) tão gelada.

Se tu, que o amavas tão profundamente, desconfiavas dele, então ele, percebes, tinha de considerar seriamente que devia realmente vigiar-se cuidadosamente.

Infelizmente a tua própria doença trouxe à superfície em ti algumas características enterradas que depois, durante algum tempo, se tornaram o hábito em vez de, como antes, a exceção.

Tens fortes tendências perfeccionistas. Elas são, quer saibas ou não, também projetadas por ti sobre o Ruburt, de modo que vês a condição física dele como uma afronta, não só literalmente mas simbolicamente. Isto é algo completamente à parte do teu impulso normal de queres ver a tua mulher com boa saúde.

O Ruburt sempre soube disto. Até certo ponto, equiparava a sua recuperação como quase impossível às vezes, já que nesses termos, agora, e quando (sublinhado) operavam, isso punha-o na posição de tentar ser perfeito. Estás a acompanhar-me?

(“Sim.”)

Há material, enterrado nos ficheiros, que diz claramente que as nossas sessões começaram por muitas razões — o vosso desejo conjunto de saber, por exemplo, e de explorarem juntos a natureza da realidade. Também começaram porque o Ruburt queria desesperadamente que tu estivesses bem, e sintonizou-se com uma fonte maior do que a normalmente disponível para esse fim.

Intuitivamente a personalidade sabia das suas capacidades também, por isso havia o impulso criativo de desenvolver e crescer. Os dois impulsos fundiram-se. O desejo dele de avançar filosoficamente para além de qualquer escola ou igreja também estava envolvido, e os seus

empreendimentos artísticos que florescem nos meus livros, agora, bem como no seu próprio trabalho.

Toda a situação psíquica trouxe então às vossas vidas uma energia fantástica, e tentou correlacionar objetivos criativos, pessoais e psíquicos diversos. Tudo isto foi focado num tempo particular, tal como o pensam.

Exigiu crescimento, criatividade. Nasceu de elementos tão diversos, nesta vida, como o teu sinal, “Faz uma galáxia, Jane,” e também nasceu devido a esses fatores de estresse que entretanto já se tinham tornado profundamente conhecidos.

Agora façam uma pausa, e se estiverem dispostos continuaremos brevemente.

Agora. O Ruburt sentia que os seus sintomas eram, aos teus olhos, as indicações concretas das suas imperfeições. Tornaram-se para ele um símbolo. Tu não o aceitarias como ele era a menos que fosse perfeito. Não o aceitarias com os sintomas como um ser imperfeito, e amá-lo-ias mesmo assim. Ele sentia que, a menos que voltasse a ser fisicamente perfeito, tu não o amarias novamente da forma como ele queria.

Ele tinha de ser perfeito para ti a fim de ser fisicamente perfeito, e sentia ser impossível ser suficientemente perfeito, de modo a que isso pudesse materializar-se fisicamente. Sentia que eras rígido nas tuas normas. Agora, muito disto tem a ver com as suas próprias características, como já foi dito, e formas de reagir. Tinha medo que te tornasses como o teu pai no tratamento que dava à tua mãe.

Sentia-se incapaz de expressar livremente os seus receios para ti, sentindo que apenas te iriam perturbar. Tu não exprimias frequentemente os teus receios para ele, por isso ele começou a esconder o seu eu caloroso, vulnerável, da pessoa que mais amava.

As sessões relativas à vossa vida sexual são importantes, vitalmente. Agora sei quais são as perguntas que tens, por isso dá-me um momento.

(Discutimos as perguntas na última pausa para garantir que o Seth as cobrisse esta noite: pelos seus registos, a Jane percebeu recentemente que, coincidente com o envio do manuscrito de Seth Fala ao editor, e a morte do pai dela, perto de 15 de novembro de 1971, a condição das suas pernas sofreu uma viragem notória para pior. Além disso, na 367.ª sessão, o Seth fez certas observações que a incomodaram desde então — principalmente sobre a necessidade da sua presença.)

Ambos os acontecimentos são importantes — a morte do pai dele e o envio do livro. Ele sentiu que tu estavas fortemente insatisfeito com as circunstâncias em torno do livro: disseste-lhe que estava prejudicado por causa das sessões falhadas; o facto de ter sido aceite em vez de outro livro (*Sonhos, etc.*). E as características do Nebene que surgiram fortemente enquanto trabalhavas com os detalhes para o final do livro.

Outra performance prejudicada, contigo ele sentia-se como o juiz.

A morte do pai lembrou-lhe que estava subitamente bastante sozinho, exceto então pela mãe, e também trouxe à tona a questão da idade.

Não podia satisfazer nem os pais, nem a ti, nem aparentemente a si mesmo, e parecia não haver lugar para onde se virar. Contigo em casa, parecia que apenas notavas mais as suas imperfeições.

Ele sentiu — isto é uma resposta a outra pergunta — que havia uma ameaça velada envolvida na minha observação de que não seria dispensado. Confiava em mim, mas não nele. Sentia-se sem valor. Sentia que muitas vezes parecia zangado. Nunca esteve em perigo de dificuldades emocionais ou mentais graves. Iria sempre lidar com isso — e em grande parte de forma criativa, ainda que pouco convencional ou bizarra.

Ele não se sentia, no entanto, seguro para avançar plenamente se não sentisse que tinha contigo uma confiança forte, amorosa, do tipo criatura. Isso responde às tuas perguntas principais?

(“Sim.”)

Ele de facto sentia-se acusado aos teus olhos, e estava determinado a que a vossa relação correspondesse ao máximo dos seus potenciais.

Podes fazer uma pausa ou terminar a sessão, como preferires.

(“Posso fazer uma pergunta?”)

Podes, sem dúvida.

(“Não é nada de especial. O que achas das notícias que ele recebeu sobre vendas esta semana, por causa do artigo da Time Magazine?”)

Já sabes o que te disse, e continua a aplicar-se.

(“E quanto ao acordo com a Gallery Magazine?”)

O que tem?

(“Deve considerá-lo?”)

Já está a ser considerado. Pode funcionar.

Vocês ainda não compreendem como as vossas próprias atitudes afetam tais assuntos. Depende das vossas atitudes; de quanto querem de publicidade, e de como irão enfrentar o mundo em conjunto.

Pode funcionar ou pode ser desastroso, então. Vocês criam a vossa realidade. Não há razão para que não possa funcionar, e bem, com as atitudes corretas. Da tua parte, a importância relativamente maior de tal projeto para ti em relação à do escritor (para a *Gallery*) significa que as tuas atitudes irão predominar. Estás a acompanhar-me?

(“Acho que sim.”)

Agora, tu conhecias a teimosia do Ruburt. Sabias que ele insistiria em puxar-te exatamente nas direções que desejavas e temias, por isso ambos estavam bem conscientes do que se passava.

Tu também deste criativamente, e não te esqueças disso. A idade está envolvida, no sentido em que sabias que o Ruburt iria até certo ponto e não mais além, e ele também.

(“Com os sintomas, queres dizer.”)

Exatamente. Ele é demasiado literal para deixar as coisas permanecerem escondidas. Teria feito mudanças, e insistido para que enfrentasses a situação simbólica em termos concretos, como em apartamentos totalmente separados, ou quartos diferentes, até a situação física espelhar as simbólicas.

Isto assustar-te-ia o suficiente para que viesses até ele livremente, ou, aos olhos dele, não te importasses o bastante. Tens mais perguntas?

(“Acho que não.”)

Podem fazer uma pausa ou terminar a sessão.

(“Vamos fazer uma pausa.”)

(A Jane tinha estado muito longe. Não se lembrava de nada, incluindo o toque do telefone no corredor. Estava muito relaxada. Sentiu-se também mal de novo, como durante a pausa na última sessão apagada de 24 de novembro. Teve um ataque de tosse. Contudo, andava melhor durante a pausa e sentiu-se muito melhor quando a sessão recomeçou às 21h42.)

É porque ambos são tão solitários basicamente, criativamente e na vida física normal, que o Ruburt percebeu que deviam ter um sistema de comunicação forte, vital, aberto e caloroso um com o outro. Também significa que, na maior parte, vocês devem satisfazer sozinhos as necessidades emocionais um do outro. Não encontram satisfação numa grande família em contacto diário, por exemplo, nem num grande grupo de amigos.

No seu papel de mulher, o Ruburt não gostaria de aparecer em público contigo a menos que fosse galantemente e orgulhosamente acompanhado. Esperava sempre isto. Durante algum tempo, agora, os sintomas também representaram uma contenção porque ele temia que tivesses ciúmes do seu sucesso, para te poupar ao embaraço, como mencionado no passado.

No geral, no entanto, ele sentia que não correspondia às tuas expectativas, que vocês não estavam juntos emocionalmente.

Sentia-se envergonhado do que pensava que tu consideravas assuntos triviais e sem importância, preocupações caseiras. Tornou-se envergonhado delas. O medo do parto também estava envolvido. Ele sente que tu podes ser mais indulgente agora, já que as possibilidades diminuíram um pouco: devido à idade dele é menos provável que engravide, do que quando tinha, digamos, 30 anos.

Ele também sentia sexualmente que o que tu menos querias era verdadeira espontaneidade, pois isso poderia levá-lo a esquecer-se de si o suficiente para se esquecer dos métodos adequados de controlo da natalidade. Tu não confiavas no coito mais do que ele.

(“Sim.”)

Grande parte da contração das pernas tem a ver com impulso sexual inibido. Haverá alguma resistência da parte dele *(tocando na perna)* ao

retomarem um padrão sexual normal, simplesmente por causa da energia reprimida e assustada.

Podem ultrapassar isso, no entanto, usando métodos já dados antes, e reafirmação. Ele terá medo durante algum tempo de que tu te afastes dele novamente. Nunca foi tanto o que disseste, mas sim as tuas comunicações não expressas que o incomodaram. O que é dito pode ser enfrentado, trabalhado e resolvido.

Antes, no passado, cada um de vocês avançava até certo ponto, como já foi referido (*mais alto*), e depois deixavam que tudo voltasse a ficar subterrâneo outra vez.

O Ruburt não permitiria que isso acontecesse novamente, pelo bem de ambos. Também não se magoaria a si próprio para além de certo ponto. Daí o pensamento que veio à tona na semana passada sobre apartamentos separados. Para além de tudo isto, ele também sabia que tinha de considerar os apartamentos separados sabendo, no entanto, que não seriam necessários. Estás a acompanhar-me?

(“Sim. Tinha acabado de começar a pensar nisso.”)

Ele tinha de saber que poderia fazê-lo, e que o faria, enquanto uma parte dele sabia muito bem que não era necessário.

Façam uma breve pausa. Se tiverem perguntas, formulem-nas.

(Durante a pausa mencionámos as férias do último fevereiro na Florida, e a falta de melhoras da Jane apesar dos nossos esforços. Retoma às 22h28.)

Agora: não vos vou reter, e se estiveres cansado de tomar notas, diz.

(“Estou bem.”)

Vários fatores atuaram na Florida, e na viagem.

A vossa localização. Tu deste-lhe mais conotações negativas do que o Ruburt, mas cada um de vocês sentiu que era tudo o que podiam pagar, e pobre mesmo assim. O contraste entre a vossa última estadia lá, e essa, e na vossa relação, era demasiado óbvio para conforto.

Tu (*para mim*) sentias que a tua situação física nos anos entre uma e outra não estava assim tão melhor — e, além disso, tinhas deixado o teu emprego. Os dois estavam juntos num quarto, onde o Ruburt sentia que as suas imperfeições não podiam ser escondidas.

Vocês usaram a desculpa do trabalho, ambos, para se isolarem de outras pessoas enquanto faziam palavras cruzadas, e pouco trabalho. Isolaram-se. E não aproveitaram muito do que vos disse... quando não confiavam no vosso trabalho, desfrutavam de poucos confortos de criatura. Estás a acompanhar-me?

(“Não exatamente.”)

Não estavas a pintar. O Ruburt não estava a escrever. Estavam confrontados com a vossa relação tal como existe para além do vosso trabalho em conjunto. Agora percebes?

(“Sim.”)

A troca fácil, espontânea, diária, trivial, não estava lá. Ambos sabiam disso. Levavam aproximadamente o mesmo tempo a fazer as palavras cruzadas que normalmente gastavam a trabalhar, para preencher a lacuna. Isso responde à tua pergunta?

Ele não se sentia, no entanto, seguro para avançar plenamente se não sentisse que tinha contigo uma confiança forte, amorosa, do tipo criatura. Isso responde às tuas perguntas principais?

(“Sim.”)

Ele de facto sentia-se acusado aos teus olhos, e estava determinado a que a vossa relação correspondesse ao máximo dos seus potenciais.

Podes fazer uma pausa ou terminar a sessão, como preferires.

(“Posso fazer uma pergunta?”)

Podes, sem dúvida.

(“Não é nada de especial. O que achas das notícias que ele recebeu sobre vendas esta semana, por causa do artigo da Time Magazine?”)

Já sabes o que te disse, e continua a aplicar-se.

(“E quanto ao acordo com a Gallery Magazine?”)

O que tem?

(“Deve considerá-lo?”)

Já está a ser considerado. Pode funcionar.

Vocês ainda não compreendem como as vossas próprias atitudes afetam tais assuntos. Depende das vossas atitudes; de quanto querem de publicidade, e de como irão enfrentar o mundo em conjunto.

Pode funcionar ou pode ser desastroso, então. Vocês criam a vossa realidade. Não há razão para que não possa funcionar, e bem, com as atitudes corretas. Da tua parte, a importância relativamente maior de tal projeto para ti em relação à do escritor (*para a Gallery*) significa que as tuas atitudes irão predominar. Estás a acompanhar-me?

(“Acho que sim.”)

Agora, tu conhecias a teimosia do Ruburt. Sabias que ele insistiria em puxar-te exatamente nas direções que desejavas e temias, por isso ambos estavam bem conscientes do que se passava.

Tu também deste criativamente, e não te esqueças disso. A idade está envolvida, no sentido em que sabias que o Ruburt iria até certo ponto e não mais além, e ele também.

(“Com os sintomas, queres dizer.”)

Exatamente. Ele é demasiado literal para deixar as coisas permanecerem escondidas. Teria feito mudanças, e insistido para que enfrentasses a situação simbólica em termos concretos, como em apartamentos totalmente separados, ou quartos diferentes, até a situação física espelhar as simbólicas.

Isto assustar-te-ia o suficiente para que viesses até ele livremente, ou, aos olhos dele, não te importasses o bastante. Tens mais perguntas?

(“Acho que não.”)

Podem fazer uma pausa ou terminar a sessão.

(“Vamos fazer uma pausa.”)

(A Jane tinha estado muito longe. Não se lembrava de nada, incluindo o toque do telefone no corredor. Estava muito relaxada. Sentiu-se também mal de novo, como durante a pausa na última sessão apagada de 24 de novembro. Teve um ataque de tosse. Contudo, andava melhor durante a pausa e sentiu-se muito melhor quando a sessão recomeçou às 21h42.)

É porque ambos são tão solitários basicamente, criativamente e na vida física normal, que o Ruburt percebeu que deviam ter um sistema de comunicação forte, vital, aberto e caloroso um com o outro. Também significa que, na maior parte, vocês devem satisfazer sozinhos as necessidades emocionais um do outro. Não encontram satisfação numa grande família em contacto diário, por exemplo, nem num grande grupo de amigos.

No seu papel de mulher, o Ruburt não gostaria de aparecer em público contigo a menos que fosse galantemente e orgulhosamente acompanhado. Esperava sempre isto. Durante algum tempo, agora, os sintomas também representaram uma contenção porque ele temia que tivesses ciúmes do seu sucesso, para te poupar ao embaraço, como mencionado no passado.

No geral, no entanto, ele sentia que não correspondia às tuas expectativas, que vocês não estavam juntos emocionalmente.

Sentia-se envergonhado do que pensava que tu consideravas assuntos triviais e sem importância, preocupações caseiras. Tornou-se envergonhado delas. O medo do parto também estava envolvido. Ele sente que tu podes ser mais indulgente agora, já que as possibilidades diminuíram um pouco: devido à idade dele é menos provável que engravide, do que quando tinha, digamos, 30 anos.

Ele também sentia sexualmente que o que tu menos querias era verdadeira espontaneidade, pois isso poderia levá-lo a esquecer-se de si o suficiente para se esquecer dos métodos adequados de controlo da natalidade. Tu não confiavas no coito mais do que ele.

(“Sim.”)

Grande parte da contração das pernas tem a ver com impulso sexual inibido. Haverá alguma resistência da parte dele (tocando na perna) ao retomarem um padrão sexual normal, simplesmente por causa da energia reprimida e assustada.

Podem ultrapassar isso, no entanto, usando métodos já dados antes, e reafirmação. Ele terá medo durante algum tempo de que tu te afastes dele novamente. Nunca foi tanto o que disseste, mas sim as tuas comunicações

não expressas que o incomodaram. O que é dito pode ser enfrentado, trabalhado e resolvido.

Antes, no passado, cada um de vocês avançava até certo ponto, como já foi referido (*mais alto*), e depois deixavam que tudo voltasse a ficar subterrâneo outra vez.

O Ruburt não permitiria que isso acontecesse novamente, pelo bem de ambos. Também não se magoaria a si próprio para além de certo ponto. Daí o pensamento que veio à tona na semana passada sobre apartamentos separados. Para além de tudo isto, ele também sabia que tinha de considerar os apartamentos separados sabendo, no entanto, que não seriam necessários. Estás a acompanhar-me?

(*“Sim. Tinha acabado de começar a pensar nisso.”*)

Ele tinha de saber que poderia fazê-lo, e que o faria, enquanto uma parte dele sabia muito bem que não era necessário.

Façam uma breve pausa. Se tiverem perguntas, formulem-nas.

(*Durante a pausa mencionámos as férias do último fevereiro na Florida, e a falta de melhoras da Jane apesar dos nossos esforços. Retoma às 22h28.*)

Agora: não vos vou reter, e se estiveres cansado de tomar notas, diz.

(*“Estou bem.”*)

Vários fatores atuaram na Florida, e na viagem.

A vossa localização. Tu deste-lhe mais conotações negativas do que o Ruburt, mas cada um de vocês sentiu que era tudo o que podiam pagar, e pobre mesmo assim. O contraste entre a vossa última estadia lá, e essa, e na vossa relação, era demasiado óbvio para conforto.

Tu (*para mim*) sentias que a tua situação física nos anos entre uma e outra não estava assim tão melhor — e, além disso, tinhas deixado o teu emprego. Os dois estavam juntos num quarto, onde o Ruburt sentia que as suas imperfeições não podiam ser escondidas.

Vocês usaram a desculpa do trabalho, ambos, para se isolarem de outras pessoas enquanto faziam palavras cruzadas, e pouco trabalho. Isolaram-se. E não aproveitaram muito do que vos disse... quando não confiavam no vosso trabalho, desfrutavam de poucos confortos de criatura. Estás a acompanhar-me?

(*“Não exatamente.”*)

Não estavas a pintar. O Ruburt não estava a escrever. Estavam confrontados com a vossa relação tal como existe para além do vosso trabalho em conjunto. Agora percebes?

(*“Sim.”*)

A troca fácil, espontânea, diária, trivial, não estava lá. Ambos sabiam disso. Levavam aproximadamente o mesmo tempo a fazer as palavras cruzadas que normalmente gastavam a trabalhar, para preencher a lacuna. Isso responde à tua pergunta?

(“*Sim.*”)

Agora, embora possa não te parecer, todo o episódio foi um esforço criativo, em que juntos fizeram questão de trazer à tona várias características desejadas um no outro. Tu, em particular, no início, serviste como um forte impulso para o Ruburt, libertando-o para trabalho sério.

Tu não acreditas agora quando te digo que sempre exageraste a tua situação e a do Ruburt no que toca aos seus aspetos negativos — mas exageraste, e isso tem sido parte da dificuldade.

Verás. Agora despeço-me com votos de uma boa noite, e os meus mais calorosos, livres cumprimentos por uma existência diária alegre, espontânea e amorosa, em que todas as coisas têm o seu lugar.

(“*Muito obrigado, Seth. Boa noite.*”)

(*O transe da Jane tinha sido profundo; ela não se lembrava de nada. Comentei a excelência dos dados sobre a Florida, e o Seth voltou.*)

Agora, já te falei disso mais cedo. Ele mostrou o corpo vestindo calções e fatos de banho, e isso também estava envolvido. Verifica a sessão.

(*Pensávamos que a sessão tinha terminado, mas começámos a discutir o postal do Richard Bach de 10 de novembro, mencionando que podia aceitar uma ou duas dicas reencarnacionais. Para obter alguns dados para o Dick, a Jane voltou ao transe às 23h00.*)

Ora bem. Uma breve observação para o nosso amigo.

Houve uma relação anterior, nos vossos termos, com o teu terceiro filho. Diz a ti próprio que terás um sonho que te dirá as circunstâncias.

Diz à nossa querida amiga Eleanor para estar menos preocupada amorosamente — ninguém se aproveitará de ti a menos que acredites que o farão. Olha para o mundo de Nova Iorque e o mundo da Califórnia com os olhos da Gaivota. Espera encontrar compreensão e “pessoas reais” (entre aspas), e encontrarás.

Para o Richard, o nome Andrews (*soletrado*) ou Andrus é significativo. Há, claro, um novo livro para ti — já te disse isso antes — e empreendimentos de criatura irão voar. Há dois parentes homens com quem também tiveste uma relação noutra existência.

O Console gosta de inventar novos hemisférios para explorar, e novos veículos com os seus próprios controlos espantosos. O Richard depois aprende a operar os controlos, e delicia-se com a perícia. Haverá mais numa altura posterior, e eu aprecio a minha estreia no tempo.

O Richard envia-lhes (*à Jane e a mim*) postais, e este é o meu postal privado para ele, embora o meu verdadeiro endereço seja difícil de encontrar (*ponto final*). Estou, no entanto, de olho nos seus assuntos e nos da Eleanor, e aprecio os esforços deles em nome do Ruburt. Não são necessários, e ainda assim, em nome de todos vocês, são necessários.

Agora não podem dizer que falo sempre claramente. (Com humor.)

E esse é o fim do nosso postal.

(“Está bem. Obrigado. Boa noite, Seth.”

(Novamente o transe da Jane tinha sido bom.

(Notas: Richard Bach e Eleanor Friede telefonaram à Jane na tarde de segunda-feira, 27 de novembro, de Bridgehampton, Long Island, antes do Dick voar de volta para Carmel, Califórnia, e eu li-lhes esta cópia. A Jane depois enviou uma cópia dactilografada dos dados para o Dick, para a sua morada na Califórnia, na manhã de terça-feira, 28 de novembro.

(Ao verificar o correio na Califórnia, o Dick encontrou uma carta em papel timbrado da Casa Branca, escrita pelo Sr. Andrews. A breve carta comentava favoravelmente a Seagull, e convidava o Dick para jantar em Washington, DC. O Dick telefonou à Eleanor, que por sua vez nos telefonou às 21h08 de terça-feira, 28 de novembro. A Jane estava na aula, por isso atendi a chamada.

(A Eleanor disse que o Sr. Andrews faz parte da equipa da Casa Branca, e que a carta é a forma do Presidente Nixon de convidar o Dick para jantar com ele.

(Na altura em que li a cópia ao Richard e à Eleanor ao telefone, o nome Andrews não tinha significado para eles, etc.)

SESSÃO 629 (PARTE APAGADA)

29 DE NOVEMBRO DE 1972

(Esta é a primeira parte da 629.ª sessão de 29 de novembro de 1972.)

Bem, desejo-lhes boa noite—

(“Boa noite, Seth.”)

—e tenho algumas observações para ambos.

Lembrei ao Ruburt que o corpo, a condição do corpo, os aspetos negativos da condição do corpo, não são o problema.

(Esta tarde, enquanto a Jane descia a escada da frente do nosso apartamento, etc.)

O corpo não é a questão. Enquanto considerarem as dificuldades do corpo como a questão, então perdem o ponto, e novamente são tentados a lidar com o resultado como se fosse a causa.

“Seremos mais felizes quando o Ruburt estiver melhor,” ou “Sentir-nos-emos mais unidos quando o Ruburt estiver melhor,” ou “Faremos amor mais vezes quando o Ruburt estiver melhor.” Todas essas ideias não só estão ao lado da questão, como vos levam a usar os sintomas ou o resultado para esconder a fonte.

Estou, até certo ponto, a simplificar para fazer passar o ponto, mas o corpo está na condição em que está porque vocês não se sentiam suficientemente próximos, etc. Estás a acompanhar-me?

(“*Sim.*”)

Algumas informações no livro serão de grande valor para vocês. Ainda não é altura para aparecerem no livro propriamente dito, mas qualquer material não tratado na vida consciente normal, não enfrentado, se se tornar sobrecarregado ou durar ao longo de um período de tempo, será expresso inconscientemente. Quanto mais lidarem com as vossas crenças conscientes e problemas diários e relações, então, mais saudáveis serão em todas as áreas, mesmo que não resolvam os problemas. É quando deixam de os enfrentar a nível diário normal que abdicam da vossa responsabilidade, por assim dizer.

A crença de que um determinado problema não pode ser resolvido pode causar muita dificuldade, a menos que o abandonem livre e conscientemente; particularmente quando órgãos internos estão envolvidos, este ponto desempenha um papel forte. Um órgão doente que depois é removido por uma operação representa frequentemente um problema não enfrentado, ou um que é considerado insolúvel. É então simbolicamente deitado fora, percebem. Como as pessoas só têm um número limitado de órgãos para perder, esse caminho pode ser de facto perigoso.

O Ruburt espalhou mais o seu problema físico pelo corpo; de tal forma, pensava ele, poderia aguentar mais tempo, percebem, em vez de atacar um órgão crítico.

Vocês progrediram, e o ganho é altamente benéfico. Só posso encorajar-vos tal como começaram. Agora façam uma pausa, a menos que tenham perguntas sobre este material.

Agora. Ainda observações — e alegrem-se por elas.

Não saíram incólumes. Retiveram-se no vosso trabalho, e em vendê-lo, sentindo que tinham de compensar — não pelos sintomas do Ruburt, mas porque sentiam que não estavam a relacionar-se tão emocionalmente como podiam, e percebendo que esse mesmo calor era necessária ao vosso trabalho.

Assim, se não a davam tão livremente quanto pensavam que deviam ao Ruburt, então também a mantinham, na mesma medida (sublinhado), fora do vosso trabalho. Isto não foi meramente uma situação de auto-punição. Seriam levados a questionar porque não estavam satisfeitos com o vosso trabalho como pensavam que deviam estar, e portanto de volta ao problema original.

Uma boa relação entre vocês liberta emoção reprimida de ambas as partes, que depois transborda para o vosso trabalho e ilumina todas as vossas paisagens interiores e exteriores, tanto simbolicamente como literalmente.

Os manuscritos de *The Speaker* estão no vosso futuro, e irão envolver, como já vos disse, um trabalho considerável — um labor de amor. Agora dêem-me um momento.

(Este foi o fim do material pessoal. O Seth retomou então a ditar o seu livro. Durante a apresentação acima, a Jane estava novamente consciente de canais disponíveis do Seth, sobre nós, os oradores, o livro, etc.; podia sintonizar-se com qualquer um deles, etc.)

SESSÃO APAGADA

4 DE DEZEMBRO DE 1972

Ora bem. Boa noite.

(*“Boa noite, Seth.”*)

Isto não é ditado. Agora. Ao contrário do que a maioria pensa sobre tais assuntos, ninguém recebe uma quantidade particular de talento que depois deva ser usada.

O talento não vem em quantidades. Em vez disso, as pessoas têm diferentes capacidades de usar qualquer um de um número infinito de canais, sendo que cada um, nos vossos termos, conduz a uma fonte inesgotável. Os canais, pela sua própria natureza, irão traduzir e moldar a energia criativa com as suas dimensões únicas.

Não vos são dados 800 ou 5.000 miligramas de talento. É-vos dada a vossa própria natureza, certas partes dela sintonizando-se naturalmente com aquilo que, no vosso caso, poderíeis chamar de canal da arte. Vós percebeis as suas grandes dimensões, a riqueza da sua complexidade. Estás particularmente sintonizado com ele. Só tens de estar aberto e receptivo. Quando pensas em termos de ter “uma certa quantidade de capacidade”, então preocupas-te em usar cada porção dela, quando, em termos mais amplos, não existe nenhum tal “coisa”.

Expressas naturalmente a tua natureza através do uso do canal da arte. A capacidade que tens de recorrer a esse canal é infinita. A ideia de uma-certa-quantidade-de-capacidade é altamente limitadora. Impõe-te um sentido de responsabilidade de usar o que tens, quando em vez disso deveria significar simplesmente seres o que és, e ser o que és produzirá automaticamente quadros excelentes.

Tens de te soltar e pintar. Na tua juventude aprendeste a disciplina da forma, o que é extremamente necessário. O conhecimento da forma é algo que muitos nunca assimilam. Estavas a dar a ti próprio uma base sólida. A estrutura, aprender a forma primeiro, foi adotada por várias razões, relacionadas com outras existências, em certa medida dadas.

O conhecimento que tens da forma agora pode trabalhar por ti automaticamente, servindo para dar estrutura às ideias que te surgirão livremente e com clareza. As tuas próprias “capacidades psíquicas” dão-te agora fácil acesso à inspiração. Tens de esquecer a ideia, conforme a

adotas, de que os teus quadros devem prestar-se para resolver problemas. Nesse enquadramento, crias problemas.

Os quadros devem fornecer iluminações que são resultado de questões e não de problemas. Sabeis o suficiente tecnicamente para resolver qualquer desses problemas nos antigos termos limitados.

Estamos a passar-te a perna hoje. (Com humor.)

Esquece a ideia da obra do homem e do que os teus quadros devem fornecer, e a ideia de fama ou sucesso. Solta-te com a alegria de pintar o que queres; mas esquecendo também, mais uma vez, a ideia de que os teus quadros estão a resolver problemas, técnicos ou não.

Em esboços, em óleos, no que te aprouver, e no que ao longo do tempo te aprouver, surgirá o teu próprio padrão. Não te prendas à ideia de que tinhas “tanto” talento, e que não o usaste. Não é esse o caso. Tens antes um canal aberto. Escolheste passar bastante tempo a lidar com a forma.

Quiseste expressar ideias em pinturas que não surgem na juventude, e fundir um tipo particular de compreensão com um tipo particular de forma. Tiveste uma existência em que a tua arte amadureceu cedo, como o Josef no Sete do Ruburt. Lidaste com emoção sem disciplina e com os sentimentos de um jovem. O Josef não conseguiu pintar nada de valor depois dos 40 anos, e voltou-se para a vida de proprietário de terras.

Quiseste agora expressar as inspirações mais plenas que vêm mais tarde, e com um sentido de forma requintado que o Josef nunca aprendeu. O sentido da forma, aliás, irá, lembra-te das minhas palavras, emergir de uma nova maneira para ti, mas mesmo a informação que te perturbou tanto teve o seu propósito no vosso plano global.

(Vide a sessão apagada de 29 de novembro de 1972.)

Sabíeis quando estaríeis prontos e que as vossas emoções, reprimidas até então, surgiriam depois como novas para iluminar as formas e preenchê-las. Podeis fazer a vossa pausa e continuarei.

Agora. Independentemente do que pensais, a pura inspiração nada tem a ver com o tempo. Cada artista tem outros conceitos gerais com que trabalhar para além daqueles relativos à sua arte.

Van Gogh, por exemplo, estava obcecado pessoalmente com ideias de automutilação, e sofreu grandes tormentos interiores. Escolheu, contudo, esses sentimentos para poder ver o mundo e a realidade sob uma certa luz. Essa luz permitiu-lhe fazer o que queria, mas não podia fingir: pintar o mundo através daquela visão única e particular.

Campos de trigo, por exemplo, cheios não só da vitalidade do sol e do crescimento, mas a fervilhar de criatividade que “se destruía” a si própria na morte, transformando-se instantaneamente numa nova forma espetacular, em que a criatividade e a destruição estavam sempre presentes, e ainda assim numa em que a violência era necessariamente transformada em vida.

Pessoalmente, então, ele assumiu o que talvez chamásseis grandes problemas, demasiado grandes para a personalidade suportar, mas as suas tendências interiores para a automutilação mantiveram a sua visão fiel à sua imagem principal do mundo.

O teu próprio grande problema, a inibição da emoção, enquadra-se nos teus desígnios tão bem como os dele. Ele nunca esteve satisfeito com o seu trabalho e obteve muito menos satisfação no geral, da parte dos seus semelhantes, do que tu tens.

O seu “sucesso” não foi um sucesso para ele. A iluminação que faz grandes quadros, repito, nada tem que ver com o tempo. Um homem pode trabalhar quase um século e não a alcançar, assim como ela pode vir amanhã à tarde.

Van Gogh foi fiel à sua visão, o que significa que foi fiel ao eu que criou para si nesse tempo, e assim também tu deves ser. Mas também deves ter fé no que fizeste, pois tudo foi feito numa representação fiel da tua visão da realidade “num dado momento qualquer”. E, portanto, o facto de, por exemplo, teres retido certos tipos de emoção não é um fracasso.

A repressão, contudo, serviu para te recordar padrões mais livres que viriam e poderiam fluir. Uma paisagem não é inferior por não ser um retrato. São duas coisas diferentes, mas tu perceberias a diferença de espécie. Agora. A emoção reprimida em si é evidente nos teus quadros passados. É algo que não podes tentar colocar neles. Não podes fingir, e assim não fingiste.

Os quadros falam, pois, por si mesmas do não-dito que deseja falar, do oculto que quer ser revelado. Um dos teus propósitos tem sido expressar precisamente isso.

Quiseste também que o teu trabalho mostrasse e exprimisse esses momentos misteriosos em que os rios começam a fluir, o coração aprende a falar. A chuva começa a formar-se. Quiseste, pois, expressar na pintura a libertação de emoções que não poderiam ser expressadas a menos que primeiro tivesse havido repressão, e aquelas energias em plena floração que nada têm que ver com idade.

Há outras questões de todo o tipo envolvidas, em que tu e o Ruburt anuístes, e para os vossos propósitos individuais e conjuntos.

Agora. Faz uma breve pausa. O Ruburt vai querer os fósforos, e logo continuaremos.

Agora não podeis encarar a vossa capacidade como algo separado de vós, que deveis usar. É antes o vosso método característico de exprimir a realidade, de perceber dados interiores; o canal particular da vossa própria compreensão, aprendizagem e aplicação, para o qual não há limites.

A vossa capacidade é uma expressão do que sois. Considerá-la separada de vós cria uma divisão desnecessária, e pode ser prejudicial nesse sentido.

Impondes a vós próprios um fardo demasiado grande quando considerais a vossa capacidade algo que precisa ser usado. Ela flui naturalmente através de vós. Muitas ideias espontâneas para pinturas e esboços rejeitais automaticamente por várias razões. Não se enquadram nas vossas ideias de trabalho, ou na ideia do que pensais que devíeis fazer, ou porque estais a ser demasiado pesados, e assim afastais muitas ideias espontaneamente lúdicas.

Agora concede-nos um momento. Precisas recuperar a sensação de pintar por diversão. O jogo dos deuses: a tua expressão natural. Em vez disso, projetas ideias pesadas de sucesso ou fracasso, consideras o trabalho como uma série de problemas a resolver e esqueces a ideia de criar espontaneamente.

Não penses tanto em termos de etapas da pintura e da sua execução. Vê a pintura completa como a queres, e tem fé de que assim ficará. Em vez disso, estás demasiado preocupado com as etapas pelas quais ela passará, ou deve passar, e isso inibe-te.

Deixa que a imagem que tens na mente flua imaginativamente para a tela. Pensas muitas vezes em termos dos problemas a resolver, e concentras-te neles, nos vossos termos. Faz uma de duas coisas se houver distrações. Admite-as e deixa-as entrar livremente na pintura, ou diz firmemente a ti próprio que não permitirás que te desviem. Mas adota uma posição ou outra.

A tua forma está pronta. As ideias que te dei darão vida livre a essa forma, contudo, se a usares. A tua vida emocional já foi recentemente enriquecida pelas interações com o Ruburt. Estais ambos a ir bem em seguir o que vos disse. Continuai assim.

Toda a informação dada por mim acerca do futuro e dos livros mantém-se. A vossa própria dádiva está a fluir para o vosso trabalho. Deixai que o vosso trabalho sega o seu curso. Não insistam que seja isto ou aquilo. Permitti-lhe o seu fluir; e agora despeço-me com um caloroso boa noite.

Farei um comentário sobre a pintura antes de partir e não é um que esperásseis particularmente antes. Mas há já a enunciação a começar a falar, o rosto prestes a mover-se, os olhos prestes a encher-se de emoção.

A imagem, portanto, de vós próprios de pé com o conhecimento do não-dito, do não-expressado, à beira de uma nova expressão. A pintura, então, à beira de ganhar vida.

E agora despeço-me com um caloroso boa noite.

(“Boa noite, Seth. Muito obrigado.”)

E regressaremos na próxima vez ao ditado. Mas estais ambos a ir bem.

(“Sim. Obrigado.”)

(O retrato discutido acima é um que terminei recentemente após muitas tentativas. Quase o deitei fora várias vezes, e mesmo agora

reconheço as suas falhas. Guardei-o e aprendi com ele, mas traz, claro, as marcas da luta. Está a servir também de base para novos trabalhos e ideias. O homem de cabelo comprido voltado para a esquerda do observador.

*(Larry de Nova Iorque quer comprá-lo... 5 de dezembro de 1972.
(Depois Rick Stack – em abril de 1973.)*

SESSÃO 630 (PARTE APAGADA) **11 DE DEZEMBRO DE 1972**

(Este material é da sessão regular, 630, de 11 de dezembro de 1972.)

Agora. Demos-vos uma ideia para um livro — Feliz Natal — e algum ditado, iniciando o capítulo sete. Agora tenho alguns comentários.

Estais a proceder excelentemente, em relação a Ruburt. O badminton é bom para ambos. Os encontros sexuais são também muito valiosos, e para vós, dão várias perspetivas.

Ruburt menciona frequentemente horários. Por vezes, em certos períodos da sua vida, os horários são bons, focando as suas energias em determinadas direções. Noutras ocasiões, ele experiencia-os como limitadores. Continuar a vossa relação tal como está agora é extremamente importante, e a base necessária para a minha próxima sugestão quanto ao comportamento de Ruburt.

Isto é para que ele adote, por algum tempo, um horário definido, que canalizará a sua energia em objetivos criativos e também em objetivos físicos — e, incidentalmente, afastando-o dos sintomas.

O badminton fará parte, claro. Acrescenta-se uma pequena caminhada diária, ou sair convosco. Quatro horas de escrita e meia hora dedicada ao *psy-time* ou ao trabalho fora-do-corpo. Estes períodos podem ser alargados à medida que progride; ou seja, o *psy-time*.

Embora não veja a ligação, ele aprendeu algumas coisas importantes no último fim de semana. Lembrai-lhe que a espontaneidade também inclui, por vezes, dizer não. É importante que discutais com ele as vossas ideias sobre o nosso trabalho conjunto, e a natureza da minha realidade. A informação dada em sessões passadas mantém-se.

A confiança na natureza do seu próprio ser é importante. Quando lhe pareceu que o rejeitáveis, isso agravou as suas próprias dúvidas. O programa que descrevi será de grande valor, assim como o livro para vós.

Ambos devíeis, como Ruburt pensou antes, sair em público pelo menos uma noite a cada duas semanas. Ruburt está perfeitamente capaz, fisicamente, de o fazer. Poderá ser mais fácil começar por ir a um lugar onde não sejam conhecidos.

Dizei-lhe imediatamente a minha sugestão, pois ele tem andado a brincar com a ideia mas não a iniciou — refiro-me aqui ao horário. E agora, caro autor — despeço-me com um caloroso boa noite. A não ser que tenhais perguntas, terminarei a sessão.
(“Não.”)

SESSÃO APAGADA

13 DE DEZEMBRO DE 1972

(Depois do jantar desta noite, tanto Jane como eu nos queixámos bastante dos sintomas dela e da nossa incapacidade de resolver os problemas envolvidos. Estávamos muito desapontados por todos os nossos esforços recentes, alinhados com as sugestões de Seth, não terem resultado em qualquer melhoria.

(Só conseguíamos pensar que algo, algures, de alguma forma, nos tinha escapado ao olhar diário; mas identificá-lo parecia estar além das nossas capacidades. Sentíamo-nos exaustos. Voltei finalmente ao estúdio para relaxar um pouco. Sem eu saber, Jane usou o seu pêndulo no seu espaço de trabalho. Quando nos sentámos para a sessão por volta das 21h, Jane disse que o pêndulo lhe indicara que os sintomas eram causados pela casa em que vivíamos e, especificamente, pelo proprietário original. Este indivíduo, sem nome para nós, tinha construído o elaborado duche no apartamento cinco, que é um dos dois apartamentos que temos aqui.

(Usámos esse duche durante anos. A única coisa que sabíamos era, afinal, conversa de que o proprietário o teria instalado para alívio terapêutico da artrite. Não tínhamos ideia se os dados do pêndulo de Jane eram a solução mágica que procurávamos, mas pelo menos nunca tínhamos considerado essa ideia antes. Pareceu-me demasiado simples ao início, mas ainda assim...

(A Jane estava tão agitada que a princípio pensou que uma sessão talvez não se desenvolvesse. Ambos estávamos zangados. “Bem, Seth, é melhor trazeres algumas respostas”, disse ela. Muito mais conversa se seguiu; especulámos sobre ramificações decorrentes da ideia de que a casa estava envolvida. Seth acabou por nos interromper.)

Agora—

(“Boa noite.”)

— se me permitem. *(Pausa.)*

Sempre encarastes este lugar como um local de transição. Foi pensado em termos de transição social, ou do vosso lugar na sociedade, e transição em termos do vosso trabalho, particularmente aqui do lado de Ruburt — da parte dele. O dinheiro, por exemplo, através dos livros, permitir-vos-ia mudar.

Ele está num estado de espera congelada, e todos os elementos dados no passado aplicam-se. O ambiente degradou-se; o apartamento-jardim aqui, que ele outrora imaginara, já não existe. Considerou este lugar como altamente desejável em termos sociais — o melhor lugar onde já tinham vivido juntos. À medida que o bairro se deteriorava, ele ficou cada vez mais irritado, assim como vós.

Qualquer pensamento de mudar era sempre adiado, para um amanhã que nunca chegou. Para além dos primeiros anos, ele pouco melhorou o espaço. É extremamente sensível ao ambiente, e precisa de— (*subitamente mais alto:*) e não franzas o sobrolho, e continua a escrever. Estou zangado convosco os dois esta noite. Mais com Ruburt, mas não lhe posso gritar—

(*“Estou a escrever.”*)

(*Esta foi uma reação real de Seth. Senti a força da sua momentânea ira, senti-me pessoalmente envolvido. Também pensei que talvez isto viesse dos sentimentos de raiva e ressentimento expressos por Jane antes da sessão, e das suas exigências para que Seth ajudasse. Talvez esse método tivesse méritos?*)

Ora, houve aspetos infelizes a que ambos reagiram, mas para vós, no início, havia fatores compensatórios na beleza do ambiente, a vista no seu todo. Eu até vos incentivei a mudar a certa altura.

Agora. É o adiar das satisfações que desejais, sempre para o futuro. Se realmente não vos importam, não têm importância. Se as quereis constantemente sem fazer qualquer esforço consciente, isso envolve um constante sentimento de tensão.

O trabalho está envolvido, no sentido em que Ruburt sempre esperou que mudassem assim que ele ganhasse qualquer quantia de dinheiro. Vós também tendes sido muito ambíguo nas vossas próprias atitudes quanto à vossa habitação. Ele sentia que não faríeis nada a esse respeito. Ele próprio nada fez, exceto finalmente alugar o outro apartamento, mas tem estado literalmente em suspenso, há já algum tempo.

No passado, muitos de vós aqui eram do mesmo grupo etário. Agora, com pessoas mais jovens por perto, os pensamentos são mais fortes de que isto é um lugar de transição. O facto de não se terem mudado reflete, em boa medida, uma falta de iniciativa de ambas as partes.

Até certo ponto, não tendes estado dispostos a confiar em vós próprios. Assumistes negativamente que não encontrariam nada adequado — nenhum lugar, isto é — e ressentistes-vos do tempo envolvido. A mudança, o espaço adicional, ajudou durante algum tempo, como vedes. Ruburt sente-se enclausurado; em parte vós também — não livres, por exemplo, no verão, para tirar partido do quintal — um pequeno exemplo. Mas viveis com alguma constante irritação.

(É verdade que a Jane melhorou consideravelmente quando ficámos com o segundo apartamento do outro lado do corredor no verão anterior ao último. Ainda assim, eu, pelo menos, não associei isso à melhoria dela.)

Os dois apartamentos ajudaram, mas de certo modo há menos privacidade por causa do corredor público, percebe? Usaram então a vossa habitação como símbolo, razão pela qual se torna importante. Caso contrário, não seria uma questão. Ao longo dos anos, Ruburt conteve firmemente quaisquer tendências para gastar dinheiro, por pequeno que fosse, em decoração, compra de móveis, simplesmente por causa das vossas atitudes conjuntas, a sensação de transição.

Essas tendências foram quase completamente reprimidas. Mas, de novo, não são inconscientes. Ruburt sentiu-se desleal ao pensá-las, porque tais pensamentos lhe pareciam criticar o vosso estilo de vida e propósitos conjuntos.

Muitas daquelas coisas que quereis, coisas perfeitamente normais, foram sempre (*sublinhado*) projetadas para o futuro, que, por mais que ele trabalhe, nunca chega. Isto também se aplica a ti. Simplesmente não é assim tão problemático agir para mudar; não é assim tão perigoso.

A questão, porém, faz emergir todas as vossas atitudes — e tu também tens atitudes sociais — outro apartamento não é resposta nesse contexto. A ideia de comprar uma casa desperta em ti fortes sentimentos de inadequação. Sentes que já devias ter sido capaz de proporcionar uma a Ruburt.

Ele sente que tu também devias tê-lo feito, ou devias ter ficado satisfeito com o teu trabalho, independentemente disso, de uma maneira ou de outra. Por isso o assunto fica altamente carregado sempre que o discutem, e nas poucas ocasiões em que foram procurar algo.

(É verdade. Sempre pensei que o meu trabalho compensava a falta de sucesso em obter uma habitação de que gostássemos. Contava com o sucesso do trabalho; portanto, quando o trabalho também parecia estar a falhar, fiquei apanhado.)

O último episódio, ali na esquina (*na Grove Street, numa zona inundada*) não se aplicava, foi um gesto simbólico. Cada um de vós sabia que não iria viver perto do rio. Ruburt também tem medo de alterar o *status quo*, tal como tu. Assim, ambos ressentiram o outro por não tomar uma decisão definitiva de mudar.

Agora podem fazer uma pausa.

De muitos modos, és tão teimoso quanto ele — e independentemente do que pensavas, queixaste-te bastante constantemente, tanto do emprego, como do teu próprio trabalho e da tua habitação. Mas, uma vez traçado um rumo, também não o mudarias, e Ruburt teria feito qualquer coisa para te ver feliz nesse (*sublinhado*) aspeto.

Ele sentiu, por fim, que pelo menos se trabalhasse a tempo inteiro para ti próprio, essa (*sublinhado*) queixa ficaria resolvida. Considerou-o um movimento prático no universo físico, uma das poucas mudanças efetivas que algum de vós tinha decidido fazer em todo esse tempo.

Agora, ambos são criaturas de hábito, que querem sensações de segurança dentro das quais trabalhar. Caso contrário, já se teriam mudado há muito tempo. Como não têm família, respondem de modo forte ao vosso ambiente e com o vosso ambiente, e essa resposta colore a vossa saúde e o vosso trabalho.

Cada pessoa responde muito mais ao ambiente — que também cria — do que se imagina. A razão por que mudar muitas vezes ajuda, e às vezes não, é bastante óbvia. Uma boa mudança representa fisicamente uma alteração interior que depois procura um novo ambiente no qual se materialize.

Sem compreensão, no entanto, podem simplesmente projetar todos os problemas. No vosso caso, uma mudança teria conotações tão drásticas, e seria tão simbólica, que a sua natureza benéfica está assegurada. O facto de não se mudarem representa simbolicamente não fazerem muitas coisas — não enfrentarem muitas questões.

Elas tornar-se-ão evidentes no minuto em que decidirem sequer mudar. As vossas necessidades particulares, por exemplo. O estacionamento para a aula. As sensações de privacidade de que desfrutam, mas também a necessidade de alguns encontros de vizinhança de que também necessitam. (*Referindo-se a mim.*)

Na vossa habitação atual há muitas questões óbvias. As duas cozinhas minúsculas mostram claramente que a nutrição da comida foi colocada no último lugar, na vida de ambos. Ruburt levou isso simplesmente ao extremo, mas a inclinação é óbvia na vossa casa.

Ele tem medo de mudar (*sublinhado três vezes*) — mas também ficará entusiasmado. Tu também tens medo de mudar, e ambos estão cautelosos quanto a encaixar-se num novo ambiente e, de uma forma pequena mas significativa, de fazer um novo mundo pessoal.

Ruburt é praticamente incapaz de fazer tarefas domésticas. Não quer fazê-las. É o seu ressentimento contra este apartamento (5). Esta divisão (*a sala de estar*) é a única em que entra regularmente.

Andou como um esquilo, tentando satisfazer o seu amor pelo ambiente, mudando este lugar num furor de frustração, e acabou por desistir. Brevemente, o novo ambiente ao lado estimulou-o, mas o apartamento, embora representasse expansão, como te disse na altura, também trazia um efeito boomerang incorporado — o corredor público, a falta de coordenação, um lugar dividido. Claro que tinha vantagens, ou nenhum de vós sequer o teria considerado.

Ambos consideraram então a vossa habitação um símbolo de não avançar, de falta de iniciativa. Se tivessem tentado coordenar melhor o espaço, se tivessem comprado mobiliário, isso teria feito diferença. Nunca decidiram, percebes, que este seria o vosso lar, por qualquer (sublinhado) período de tempo.

Agora. Muitas destas características não são particularmente negativas. Por exemplo, Ruburt nunca se sentiu confortável no quintal quando os Spaziani e as senhoras do bairro se juntavam. Tu também não. Os arbustos do lado, no entanto, e a área do jardim compensavam em grande parte, tal como a qualidade de segredo que a esquina tinha.

O teu ressentimento para com Spaziani quando vendeu foi projetado sobre ele. Era raiva sobretudo dirigida a ti próprio. Sentiste-te obrigado a ficar. Outros elementos estiveram envolvidos, mas a força do teu ressentimento, a sua carga, tinha a ver com os teus próprios sentimentos sobre ti e sobre este lugar, tal como os de Ruburt em relação a Piper.

Leonard fez daqui um lar, e Ruburt — apesar do seu desdém pelo gosto de Leonard — ficou furioso por ficar com o descartado de Leonard. Ainda assim, sempre pareceu pouco prático fazer aqui seja o que for, já que certamente ambos iam mudar-se.

Ora, todas estas questões tornaram-no cada vez mais suscetível a certas influências que havia na casa. As influências não eram perigosas, a menos que estivessem no estado mental para serem afetados por elas.

Havia uma série de desejos aparentemente inócuos, mas que pareciam ficar para sempre adiados. Agora, em pessoas que têm muitas outras fontes de divertimento, ocupação, reuniões de família e episódios sociais, tais coisas não têm tanto significado. A maioria dos vossos contactos é profissional; ambos trabalham em casa. O ambiente, portanto, torna-se altamente importante, como o meio vivo em que trabalham. Esta é uma das razões pelas quais tu não foste tão afetado como Ruburt, porque estavas fora do ambiente parte do dia. Estás a seguir-me?

(“E quanto ao último ano?”

(Desde que saí da Artistic em fevereiro passado, por outras palavras. Gostaria também que Seth desenvolvesse o parágrafo de topo desta página, sobre influências na casa. Estás a dizer que essas influências eram as indicadas pelo pêndulo da Jane esta noite?)

Até essa altura. Estou a dizer que a acumulação de influências afetou mais Ruburt porque este era o único ambiente dele ao longo daqueles anos em que tu estavas fora a tempo parcial.

Agora que estás aqui, a relevância é importante, mas tu não tens a acumulação que se foi formando. A certa altura, Ruburt podia andar pelo quintal, percebes, em privacidade. Sentia-se protegido. Agora, não compreendes como as atitudes de ambos foram afetadas, à medida que a casa em si mudou e à medida que mudou de mãos.

Tu, particularmente, sentiste-te ameaçado. Seria o cúmulo da tolice ficar aqui quando estão ambos a aguardar consciente e inconscientemente que a ponte seja construída. Sentiste o teu território ameaçado assim que se pensou no estacionamento, e antes, quando Spaziani primeiro pensou em vender o lugar.

Algumas das pequenas questões, aparentemente tolas, para sempre adiadas: um quintal traseiro privado, árvores de resguardo no exterior, uma porta da frente e outra de trás vossas, para Ruburt um cão, para ambos uma unidade vossa; isto é, uma casa sobre a qual tinham controlo.

Têm agora quartos privados numa zona pública que se torna cada vez mais pública, à medida que inquilinos, estranhos, entram e saem. Durante algum tempo, a casa toda tinha sensações de privacidade quando os mesmos inquilinos, por exemplo a Lucy, cá estiveram durante algum tempo. Com a mudança de inquilinos, os corredores, por exemplo, tornam-se anónimos; todos estes sentimentos operam intensamente, e em ambos. Ruburt reage fisicamente, espera fisicamente. Tu não te sentes seguro para trabalhar.

Agora, nesta estrutura, tudo o resto é agravado — os sentimentos entre ti e Ruburt, tantas vezes mencionados, por exemplo. Ambos se sentem tolhidos nas relações sexuais. Ele não sente que se possa soltar. Elevar a voz, exprimir agressividade quando a sentem, torna-se um esforço cauteloso. No passado, sentiam-se rodeados pelo menos de relativa boa vontade... a mudança de inquilinos altera esses sentimentos, no entanto. Ambos ressentiram isso.

Vou deixar-te fazer uma pausa e continuarei.

(“Obrigado.”)

(Mais alto): Pelo menos não estás a franzir-me o sobrolho.

(Quando saiu do transe, a Jane disse: “Tenho medo de me mexer.” Quería dizer levantar-se da cadeira de baloiço, ir à casa de banho, etc., e depois disse que isso se confundia com mudar-se desta casa, etc.)

Agora. Os sintomas começaram a manifestar-se quando pareceu a Ruburt que mudanças deviam ser feitas. No início, ele ficou apanhado entre a pura fúria e o desespero. O seu primeiro livro em capa dura tinha saído e, em vez de melhorar a situação, viu-se diante de um emprego depois de escrever a tempo inteiro.

A vossa relação naquela altura estava muito má. Já vos dei material sobre isso. Foi um choque severo para ele, devido aos seus sonhos elevados de antes — e não é coisa de se rir. Assustou-o.

(“Não estou a sorrir, de verdade.”)

(Antes pensei que, pelo menos, a minha expressão fosse de lembrança amarga e de arrependimento...)

O *Seth Material* em capa dura não mudou financeiramente a situação assim tanto, mas as suas aulas começaram a render dinheiro. O fracasso do

livro dos sonhos foi também importante financeiramente. O dinheiro em si significava pouca diferença para ele. O lugar onde vive convosco é altamente importante, e se recordam, sempre o foi.

Quando decidiu acrescentar ao vosso espaço, a sua aula de facto cresceu, e tem crescido. Ele queria ver se conseguiam pagar mais essa renda, certo de que, se percebessem, vós (sublinhado) veríeis a luz e decidiríeis mudar. Estavas à espera que ele tomasse tal decisão. Ambos culpavam as circunstâncias, mas também um ao outro pela falta de iniciativa.

Parecia-lhe que tu ias sempre deixar o teu emprego um dia e pintar, mas esse dia nunca chegou; e que os dois se iam mudar um dia, mas esse dia nunca chegou; então ele forçou a questão. Na Florida pensou seriamente em viver lá para provocar a mudança, mas nada resultou. A vossa conversa esta noite à mesa sobre finanças levou-o mais fundo naqueles sentimentos que ele tenta tanto evitar. Aqui estava ele a ir melhor do que nunca, com mais dinheiro a caminho, e para quê? Nada mudaria jamais. Não podia acompanhar financeiramente, muito menos pensar em mudar, por isso voltou a adiá-lo para o futuro.

Ele lê-te anúncios muitas vezes, testando a tua reação. Só uma vez é que aceitaste, e por isso sentiu que afinal não querias mudar. Ele tem — e tem tido — pavor de tomar decisões que te envolvam, porque sente que tu ressentiste tanto o tratamento da tua mãe para com o teu pai.

Depois fica zangado quando dizes: “Porque não tomas uma decisão?” Ele sentia que tu tinhas medo, e se ele tomasse uma e estivesse errada, não queria levar a culpa. Assim, sentiu-se numa situação impossível: e bem conscientemente, quando se permitia estar ciente dos seus pensamentos. Tem medo de te magoar, de te obrigar a mudar, ou de te fazer chorar.

Agora. Nenhum de vós estava pronto para fazer tal mudança física. Financeiramente ele podia tê-lo feito, como tu podes agora, mas não estavam dispostos a enfrentar as questões subjacentes. Ter-se-iam mudado por ressentimento, sentindo-se forçados, e não por compreensão.

O próprio medo de Ruburt, e o medo por ti, mantiveram o material escondido; assim como, incidentalmente, a inundação. Foi apenas uma desculpa de certo modo, mas por outro lado Ruburt reconheceu as dificuldades naquela altura. Além disso, ambos sentiram alguma lealdade para com a casa e não a abandonariam naquele estado. Ruburt não pensa em dinheiro, mas pode produzi-lo com grande facilidade — quando o quer para algo —, por isso tem estado enraivecido com esse dinheiro inútil, nesses termos.

Agora, dinheiro para segurança ele quer, mas isso vê depois de as necessidades estarem asseguradas: um ambiente adequado. Se não é feliz hoje, dinheiro no banco é-lhe sem sentido. Sentiu também que uma casa

poderia interferir com as tuas ideias de trabalho — a responsabilidade acrescida — e manteve isso em mente.

A casa da tua mãe não teria servido os vossos propósitos, nem os teus nem os de Ruburt. Digo-te isto para que percebas que não cometeste um erro.

Não há dúvida de que é mais fácil para Ruburt obter informação clara sobre outros. Isto tem a ver com a mecânica da mente. Ele não está envolvido da mesma forma com os outros. Mesmo a informação dada a outros, embora possa estar completamente correta, não será aceite a menos que estejam prontos para ela. Neste caso, a personalidade tem de se contornar a si própria o máximo possível, e então esperar por um canal suficientemente claro.

Esta noite, por exemplo, a vossa conversa depois do jantar despertou os medos de Ruburt, levou-o a um estado emocional em que os aceitou, usou-os, exagerou até o seu desespero, na esperança de forçar uma resposta.

O trabalho com o pêndulo e as ideias da parte intuitiva de si próprio iniciaram o processo, mas depois o estado emocional teve de ser acalmado a partir de uma condição de pico para que a sessão pudesse prosseguir.

Houve aqui um ressentimento profundo, e de ambos, relacionado com a tomada de decisões e mal-entendidos. Agora podeis fazer uma pausa ou terminar a sessão, como preferirem.

(“Faremos a pausa. Obrigado.”

(Depois de sair do transe, Jane disse: “Tenho medo de mudar”, e depois explicou que desta vez tinha medo apenas de sair desta casa. Levantar-se não estava em causa, etc. Meia-noite.)

Agora. Ao longo dos anos, Ruburt foi sempre quem olhou para os anúncios, pelo menos em surtos, e observava a tua reação.

Nunca foi entusiasta, e tu nunca sugeriste verificar os locais listados. Quando ele o fez, fê-lo por si só, e tu não pareceste entusiasta de todo.

As viagens (*férias*) eram sem sentido nesse contexto. Nada tinham a ver com mudar. Sabiam que iriam voltar. E mais: se gastassem muito dinheiro, a possibilidade de mudar diminuía.

Tu (*eu*) (*sublinhado*) tens tendência a pensar em termos de obstáculos. Ruburt deixou isso somar-se a características (*sublinhado*) latentes suas. As vossas ideias conjuntas impediram-vos então de pensar de forma criativa. Nunca pensaram que mudar pudesse ser divertido — e essa é a vossa realidade. Ninguém mais a criou.

É composta por uma mistura de crenças bastante conscientes mas não examinadas, ou melhor, não reunidas, sobre vós próprios, algumas bastante contraditórias, e sobre o vosso “lugar” no mundo.

Não sentiste até há pouco tempo que estavas a avançar no teu trabalho. As duas ideias combinaram-se. O ato de mudar significa deixar e

começar. Ambos usaram isso como desculpa. Todas as vossas atitudes enquanto estavas na *Artistic* virão ao de cima quando decidirem mudar, e quando mudarem. Isto é, penso que já chega para vós esta noite, por isso despeço-me com um caloroso boa noite.

(“Boa noite, Seth. Muito obrigado.”)

E não sejais demasiado severos convosco próprios, pois ambos tendes uma tendência infeliz para o ser.

SESSÃO 631 (PARTE APAGADA)

18 DE DEZEMBRO DE 1972

(O material seguinte foi transmitido após ditado de livro na 631ª sessão. Pausa.)

Agora. Há, como sabeis, uma descoberta no vosso trabalho. O resto fluirá a partir daí. Ambos pensaram em termos de problemas quando consideraram o dinheiro, por exemplo; pensaram nos problemas envolvidos.

Quando pensaram no tipo de pintura que queriam fazer, fizeram o mesmo. A concentração nos problemas, em todos os casos, contribuiu para eles em grande medida. O que disse sobre o dinheiro aplica-se. Se algum de vós tivesse realmente examinado as vossas crenças conscientes sobre este lugar, e as tivesse juntado, teríeis sabido isso por vós próprios.

Disse-vos que seriam confrontados conscientemente com muitas atitudes que tinham colocado em segundo plano, quando decidissem mudar, por isso Ruburt tem vindo a confrontar algumas das suas próprias. As festas significam que o processo demorará um pouco, mas, em resumo, tendes agora a essência do problema: enfrentar as questões que antes ignoraram.

A concentração noutras áreas, como sugeriste, é agora a resposta, enquanto fazeis esforços concretos na direção da mudança. Ruburt está no caminho certo com as suas ideias de hoje, particularmente ao concentrar-se no momento. Isto é extremamente importante.

Se isso apenas for mantido em mente, pode haver uma melhoria quase imediata. Pensai, contudo, em termos do que quereis no que toca a uma casa, e não em quaisquer problemas ou obstáculos imaginados no vosso caminho. Parti do princípio que podeis encontrar uma casa que quereis e que podeis pagar.

Formai uma imagem clara na vossa mente. Colocai um anúncio no jornal a declarar os vossos desejos. Se quiserem, coloquem também um anúncio num jornal do Valley. Usem uma caixa postal, se essa for a vossa preferência.

Como sabeis, estais (*sublinhado*) a recuperar uma base sólida que não sentíeis há algum tempo. A vossa resposta às minhas sugestões quanto a Ruburt tem sido excelente. Tudo o que vos dei da última vez aplica-se, e mostra-lhe também que estais disposto a avançar noutras áreas.

(“Sim, mas até agora não penso que o meu incentivo tenha feito algum bem.”)

Mostraste um avanço importante no teu trabalho. Os teus pincéis estavam direitos e em boas condições. Os de Ruburt permitir-lhe-ão fazer a sua descoberta. Deveis ver como o problema condicionou respostas que levaram a não mudar, etc., da parte de ambos e continuaram a condição de Ruburt. Ambos se concentraram, vós os dois, no problema.

(“Mas eu não vejo realmente quaisquer sinais de que aquilo que fizemos tenha mudado a condição dele de alguma forma.”)

Não te disse que havia ainda sinais físicos para veres, da mesma forma que não te disse que já te mudaste para outra casa, mas ambas as condições existem agora.

Uma atitude comparável à tua seria a seguinte: "Tenho a certeza de que me vou mudar, mas não há nenhuma casa à minha frente para onde me mudar, logo obviamente não existe tal casa." A resposta continua a estar nas tuas crenças e nas vossas atitudes conjuntas.

(“Não estou a projetar nada disto para o futuro. Estou apenas a dizer que até agora as crenças que levam aos sintomas têm sido inabaláveis.”)

Muitas delas, particularmente desde a última sessão, estão a tornar-se totalmente conscientes da parte dele, já não invisíveis, onde podem ser tratadas, e isso é tudo o que te posso dizer.

Há barreiras invisíveis no vosso entendimento através das quais estão a mover-se, de modo que o que vos digo se tornará muito mais claro quando virem os resultados que já estão a acontecer.

Então despeço-me com um caloroso boa noite—

(“Obrigado. O mesmo para ti.”)

—e lembra-te, as tuas crenças são as tuas crenças acerca da realidade. Esse é o fim da nossa sessão.

(Depois de Jane ter saído do transe, expliquei-lhe que não tinha compreendido o parágrafo assinalado. Pouco depois de começar a lê-lo em voz alta para ela, Seth voltou:)

Agora. Estás cansado. A analogia era simples. Pintaste um quadro, mostraste grande melhoria ao fazê-lo, mas não começaste com pincéis tortos. Estavam em excelente estado. Ruburt está a tentar pintar uma nova imagem física do seu corpo a partir de si mesmo. Na analogia, ele não começa com os teus pincéis perfeitos, porém, mas com membros que não estão direitos. As suas ferramentas tiveram de ser ajustadas primeiro antes de ele poder alcançar a mesma conquista, mas é igualmente certo que o conseguirá. Pensei que fosse claro.

*("Compreendo." É verdade, eu estava muito cansado.)
Então despeço-me com um caloroso boa noite.
("Obrigado. Boa noite.")*

SESSÃO APAGADA

1 DE JANEIRO DE 1973

(Tarde de ontem, o meu pêndulo disse-me que os sintomas da Jane provinham do seu sentimento de que tinha falhado em tornar-se uma escritora "séria" de sucesso — romancista, poeta, ensaísta, etc.; que sentia ter falhado como a escritora séria que sempre sonhara ser, que o trabalho psíquico representava ter enveredado por um caminho errado; que, na realidade, no fundo, o trabalho psíquico representava para ela fracasso em vez de sucesso. Estava muito entusiasmado com estas ideias, mais do que estivera em muito tempo. Senti intuitivamente que eram verdadeiras. Discuti-as algum tempo com ela antes de sairmos para uma festa de Fim de Ano em casa dos McClure. Jane pareceu concordar com as ideias.

(A uma primeira leitura pareceu-me que as ideias respondiam a todas as perguntas que tínhamos tido ao longo dos anos sobre os sintomas — explicando, por exemplo, o seu aparecimento antes dos desenvolvimentos psíquicos, etc. Pareciam oferecer uma teoria unificada para abranger os anos do nosso casamento, e até a infância da Jane. Vi logo que, se fossem válidas, também significavam que Jane teria de pôr de lado o seu livro projectado, Adventures in Consciousness, e concentrar-se em coisas como Rich Bed, os Diálogos (poesia) e, talvez, deixar Seth fazer o seu próprio trabalho nas sessões. Se isso incluísse escrever livros, tudo bem. Mas era tempo de crise, e algo tinha de ser feito. Fiquei um pouco intrigado por nunca ter feito ao pêndulo este conjunto específico de perguntas antes — ou tê-lo-ia feito? Se o fiz, talvez não tenha compreendido as respostas, pensei; porque certamente não se tinha tomado qualquer ação em consequência delas, nos moldes agora contemplados...

(Os dados da sessão resumem as nossas discussões após a sessão do pêndulo. Escusado será dizer que estávamos muito ansiosos pela sessão. Esperava profundamente que Seth concordasse connosco. Também tínhamos algumas perguntas, que são adequadamente abordadas na sessão...)

Bem...

("Boa noite, Seth.")

—começaremos de forma simples, por isso sê paciente comigo.

Disse-te que, ao considerares mudar, as tuas atitudes tornar-se-iam de repente bastante claras, e outras questões ficariam profundamente envolvidas.

(Nos dados eliminados de 18 de Dezembro de 1972. É verdade.)

A ideia de mobilidade numa direção, e de mudança, faria com que todas as tuas outras ideias se movessem.

Mencionarei algumas questões e depois voltarei a elas.

Durante algum tempo Ruburt sentiu que era um fracasso, como esposa e como escritor. Também não te via a ter sucesso. Condições mencionadas muito antes dificultaram a comunicação, e ele remoía. A mobilidade, o ponto de mobilidade, representava avançar no seu trabalho ou não avançar. O apartamento tornou-se um símbolo. Era perfeitamente aceitável para o aspirante a escritor. Se, porém, não conseguisse alcançar o tipo de sucesso que queria, então mais valia ter apenas os acessórios.

(Fiquei bastante surpreendido no outro dia quando a Jane me disse que os nossos dois apartamentos lhe serviam se fosse escritora, mas não serviam para uma médium — especialmente uma que se estava a tornar conhecida e era visitada por todo o tipo de pessoas, etc. Disse-me também que, para ela, a ideia de escadas representava sucesso e fracasso — subir e descer, etc.)

Ele tem bastante razão em dizer (hoje) que negou em certa medida um aspeto importante (*de si próprio*). O problema estava em esconder conscientemente os conflitos de si próprio, e em decidir por um *status quo*. *Status quo* nunca podem ser mantidos desde logo. Parte disto deve ser clara, e é, eu sei, mas vamos juntar tudo e esclarecer algumas questões para ti.

O livro de ESP foi pensado para ser um livro — um só. No início ele não queria publicar o material, se te recordas. Não porque não gostasse do material, mas porque, pelo menos então, compreendia que para ele (*sublinhado*) compilá-lo durante as suas horas criativas não satisfazia a sua necessidade de criatividade.

(Sim, lembro-me claramente de ter incentivado a Jane a publicar o material; muito lamentável agora, claro. Um erro grave, pois nessa altura ela sabia intuitivamente o que era melhor para si. Quero que volte a confiar nos seus instintos e intuições.)

A criatividade estava nas sessões. Porque sentia responsabilidade pelo trabalho, e por causa de outra publicação — um livro em capa dura — consentiu em publicar The Seth Material. O “aclamo” (*entre aspas*) de uma digressão ajudou a reanimá-lo inicialmente, e ele começou a ter ideias para um romance.

Este tinha uma base psíquica. Tam queria outro livro psíquico. Ruburt opôs-se o suficiente para recusar fazer uma série como os livros de Cayce, mas tentou comprometer-se com o livro Dream/Seth, que também o envolveu na tarefa de dactilografar registos. Sentia que precisavam do dinheiro.

Tentou fazer uma narrativa e usar, por exemplo, capacidades descritivas — uma tentativa valente de fazer duas coisas diferentes num só

livro. Antes de tudo isto, quando começaram os primeiros sintomas, antes do livro de ESP, já estava profundamente assustado com as rejeições de romances, as rejeições da Playboy depois de lhe terem dado esperanças, a aceitação de um livro de poesia que caiu por terra com a Continental, e o que sentia ser o vosso relacionamento em deterioração.

Havia também considerações financeiras. Tinha-se libertado apenas recentemente de um emprego a tempo parcial. Recusar um livro psíquico que era certo, para tentar outro romance sem garantias, parecia insensato. Ao mesmo tempo a idade incomodava-o. O jovem escritor, aspirante, já não era assim tão jovem.

Ao mesmo tempo começou a duvidar das suas capacidades de escrita. Talvez tivesse superestimado os seus talentos. Depois de *The Seth Material*, surgiram pedidos que mostraram claramente que era considerado um psíquico. Os psíquicos ajudavam pessoas. Eu disse-lhe para se manter afastado de grupos espiritualistas. Ele tem um forte sentido de responsabilidade e lealdade. Evitou tornar-se uma “personalidade psíquica” (*entre aspas*) em grande escala. Estou a divagar aqui para te trazer outra questão: a forte responsabilidade que sempre sentiu pela sua capacidade de escrita, sentiu-a naturalmente pela capacidade psíquica — mas sem o necessário sentido de discernimento, já que não percebia o que tais atividades envolviam.

Como escritor, por exemplo, sozinho, ele não sente uma responsabilidade (*sublinhado*) de escrever todos os tipos de livros possíveis: góticos, policiais, ficção científica, poesia, ensaios, romances lineares. Não há razão para que o deva fazer, embora tenha capacidade para escrever qualquer um deles bem. Portanto, também não precisa de sentir que tem a responsabilidade de ser um curador psíquico, um clarividente, um médium, um psicólogo psíquico e assim por diante, embora tenha a capacidade de ser qualquer um deles.

Ele, no entanto, sentia essa responsabilidade. Surgiam conflitos porque as suas responsabilidades colidiam. Estavam também envolvidas outras questões bastante comuns, alguns medos que não queria admitir. Por vezes estava convencido de que tinha feito da sua vida, até ali, um fracasso contigo e com o seu trabalho.

Tu estavas envolvido nas suas atitudes. Ele sentia (longa pausa às 21h00) que não tinha o direito de tentar fazer trabalho “criativo” (*entre aspas*) que pudesse não dar rendimento. Sentia também que tinha ciúmes da sua escrita, mas não do trabalho psíquico, isto sendo algo mais do passado.

Quando quiseres uma pausa, diz-me.

(*"Está bem." Uma verificação recente com o meu pêndulo mostra que não há resquício de ciúmes em nenhuma área, etc.*)

O livro dos sonhos, a propósito (*que Eleanor Friede tem agora*), numa forma diferente — muito diferente — será publicado. O mesmo acontecerá com *Adventures* — e quando ele estiver em melhor posição para avaliar as suas *Adventures*. Ele não queria que *Sonhos* fosse publicado. *Adventures*, inicialmente, foi uma forma de o levar de volta à escrita em primeira pessoa, e em direção a *Aspects* e Rich Bed.

Adventures serviu também para regenerar as suas capacidades criativas, que tinham diminuído em *Sonhos*. *Seven* salvou-o de outro *Sonhos* (livro) e também lhe proporcionou um contrato.

Os meus livros darão um tipo diferente de criatividade acelerada que não pode ser alcançada de outra maneira, e que lhe deixará liberdade para prosseguir um tipo de criatividade que só pode vir dele, e não de mim. No início, porém, isto não poderia ter-se desenvolvido.

Queres fazer uma pausa?

(*"Sim, acho que sim."*)

Não precisas de tomar notas agora. Estou a tentar pôr-te a par de forma consecutiva e entrelaçar todos os acontecimentos para que possas acompanhar. (Seth acrescentou a título de explicação, etc.)

(21h06. A sessão estava a correr muitíssimo bem, disse eu à Jane. Mencionei três questões que esperava que Seth cobrisse pelo menos em parte: a chamada que Jane planeava fazer a Tam, da Prentice-Hall, amanhã de manhã, relativamente a substituir o novo livro de Seth por *Adventures*; a carta que Jane planeava enviar a Eleanor Friede sobre Rich Bed; e se Jane devia ou não continuar com a aula de ESP.

(Retoma às 21h24.)

Ora bem. No verão passado, ou melhor, no anterior à cheia (em junho de 1972) as melhorias eram óbvias (*em 1971*). Deverias saber as razões. A pressão do livro dos sonhos tinha desaparecido. Ele não estava a fazer algo que não queria fazer. A mudança (*para o outro lado do corredor, para o nosso segundo apartamento*) significava mobilidade. A vossa relação começou a melhorar de forma significativa.

Ele estava entre livros, tendo acabado de receber dinheiro de Seth Speaks. Havia várias coisas que ainda não tinham aprendido, no entanto, e que agora já aprenderam. A relação estava muito bem, então, mas algumas respostas antigas, características vossas, surgiam de vez em quando e assustavam-no. Ele começou a encaminhar-se para um novo contrato, que sentia significar *Adventures* em vez de Rich Bed.

Inicialmente havia grande entusiasmo com ambos, mas Rich Bed era o seu “filho” e *Adventures* um método de aprendizagem e uma forma inicial de libertar energia criativa acumulada. Tinha um propósito, e tem. Mas significava mais tempo criativo passado a examinar (*sublinhado*) a experiência psíquica. Ao mesmo tempo, ele esperava que Tam aceitasse Rich Bed, sabendo que não o faria. Inconscientemente, Tam percebia esse

dilema, como percebe este. *Seven* era a resposta. Entretanto, o facto de estares em casa também significava que ele estava frente a frente contigo. Podias ver a sua condição e, como já tinha sido dito, ele tentava esconder-se de ti, por vezes mais do que de todos os outros.

Depois de *Seth Fala* ter sido devidamente aceite, e enquanto trabalhava inicialmente em *Adventures* e *Rich Bed*, melhorou. A energia criativa transbordou psiquicamente em alguma poesia e em *Sumari*. Após esse período começou a perceber que *Adventures*, por agora, já tinha cumprido o seu propósito. Voltava a ter outro livro psíquico, e esperanças de um contrato, e Tam não queria *Rich Bed*.

Seven era a resposta, mas só se *Seven* conduzisse ao destino que deveria. Entretanto, havia a questão de uma digressão, ou não, para *Seth Fala*, e de conferências. Ele sentia que, se aceitasse e se tornasse conhecido como psíquico, nesses termos, as suas hipóteses de ser conhecido como escritor estavam perdidas, irremediavelmente. Seria catalogado como psíquico. Foi por essas razões que a sua melhoria se deteriorou.

Agora, as escadas representam subir e descer numa passadeira, sem chegar a lado nenhum. Parecia incapaz de se mover em qualquer direção. Isto tinha a ver com o vosso apartamento, que, na realidade, lhe serviu bem durante algum tempo. Mas outras insatisfações não enfrentadas foram ali também projetadas, e exageradas, enquanto parecia não haver nada que pudesse fazer a respeito.

Sentia também que, se tu tivesses sucesso como artista, ele poderia escrever o que lhe apetecesse, escondeu essa raiva e sentiu-se extremamente desleal.

Não se sentia livre então para arriscar, financeiramente ou criativamente, escrever (*entre aspas*) um livro “literário”. E, no entanto, os alicerces inteiros do seu ser nesta vida estão devotados a esse aspeto particular da arte.

Bons teóricos não são necessariamente bons praticantes, e bons praticantes não são necessariamente bons teóricos. No entanto, boa teoria é prática. Ruburt forneceu a si mesmo um pequeno laboratório. Diz-lhe para pensar na sua aula dessa forma.

Ao ver aquele grupo de pessoas semana após semana, ele consegue trabalhar com elas, seguir o seu progresso e pôr a teoria em prática. Isso é suficiente. Ninguém pode ser adequadamente (*sublinhado*) ajudado em uma ou duas sessões, e não é sua responsabilidade, nem minha, responder pessoalmente aos milhões de pessoas que precisam de ajuda, ou mesmo aos relativamente poucos que lhe escrevem.

Até certo ponto, é sua responsabilidade tornar o material acessível, de forma que, usando-o, outros possam aprender a ajudar-se a si próprios. A aula dá-me a oportunidade de falar diretamente a indivíduos, e essa experiência é automaticamente usada nos meus livros.

A personalidade de Ruburt não é daquelas que podem ser limitadas a casos específicos, mas sim uma que evolui teorias que podem ser usadas por muitos.

Agora, dá-nos um momento. Um longo. *(Pausa às 21h50.)*

Como suspeitas, não há conflito entre o psíquico e o criativo nele, mas temia, desde o início, que o seu próprio trabalho fosse engolido. Isto não se confirmou, por muitas razões, algumas relacionadas com desenvolvimento.

O seu próprio trabalho não foi focado como deveria, do seu ponto de vista. Agora tem de avançar e arriscar. Fala de sucesso. O que quer dizer é a produção de uma obra sua, naqueles termos que considera arte, uma realização quer traga ou não sucesso financeiro.

Estava zangado por o trabalho psíquico estar a trazer sucesso financeiro, em parte, enquanto queria o dinheiro. O pleno desenvolvimento das suas capacidades criativas, no entanto, necessitava do desenvolvimento psíquico. Menor capacidade não necessitaria. O florescimento total não poderia ter chegado muito antes, mas a sua raiva não teve isso em conta.

Dialogues não poderia ser escrito por ninguém sem a experiência de Ruburt. *Adventures* teria sido um erro se fosse prosseguido mais agora. Mais tarde, com maior entendimento e com um repertório de outros trabalhos que o satisfaçam, será um excelente livro.

Descansa os dedos. A mobilidade parecia bloqueada em todas as direções, então.

Ele sabia bem, por vezes, que *Adventures* era em parte um estratagema para o contentar e garantir-lhe um contrato enquanto eu começava o meu livro, mas tem medo de dar o salto sozinho agora. Também tinha medo de que tu ficasses zangado.

O Bill Macdonnel, chegando nesta altura do ano, lembrou-o das primeiras sessões e do livro de ESP, e o incidente do dente, causado fisicamente pelos seios perinasais, foi uma mensagem de que o momento era crucial, uma crise. Tinha de dizer não, agora, e avançar na sua própria área.

(Algumas notas para registo: Bill Macdonnel voltou a Elmira durante as férias para visitar os pais. Visitou-nos algumas vezes. Há uma semana ou pouco mais a Jane teve um sonho em que via o Bill com a boca cheia de sangue. Telefonando-lhe alguns dias depois para o convidar para uma festa de Fim de Ano, Jane foi informada por Bill que tinha ido ao dentista e lhe tinham arrancado vários dentes no próprio dia do telefonema.

(Subsequentemente, a Jane foi várias vezes acometida por uma forte dor no maxilar inferior direito. O seu pêndulo disse-lhe que estava a captar o estado do Bill. Não tivemos mais notícias dele desde a chamada. Segunda-feira, 1 de Janeiro de 1973, decidimos dar um passeio, já que estava um dia lindo. Sem que eu soubesse, o maxilar da Jane começou a incomodá-la ao sair de casa.

(Ao descobrir isto a caminho de Sayre, entrei no parque de estacionamento quase vazio do centro comercial da Elmira Street e dei à Jane o meu próprio pêndulo para usar. Descobrimos que os seios perinasais estavam envolvidos na dor do maxilar, e também Bill Macdonnel, mas que ela estava fortemente preocupada com a aceitação de Rich Bed por Eleanor Friede, da Macmillan. O maxilar da Jane começou a melhorar à medida que conduzíamos pelo campo para além de East Athens.)

Sugiro então que ele telefone ao Tam. Não haverá dificuldades.

Sugiro imediatamente que faças alterações simbólicas no quarto do Ruburt, já, e por toda a casa conforme desejares. Ele sabe que vais ficar aqui por algum tempo.

("O que queres dizer, umas semanas, uns meses, ou o quê?" Eu pensava que nos iríamos mudar em breve.)

A mobilidade deve começar aqui, agora, enquanto comes a procurar. Simplesmente para que experimentes mobilidade imediatamente em dois níveis importantes: a área de trabalho através do telefonema e da decisão, e o teu ambiente presente imediato. Dá-nos um momento.

A condição do Ruburt deteriorou-se após a reunião com a Eleanor. A situação trouxe à tona, vê, todo o problema. A “senhora de meia-idade de Seagull” concentrou-o ainda mais.

(A descrição do Bach da Jane para a Time.)

A senhora de meia-idade foi referida como de meia-idade, e como psíquica, poeta e escritora de ficção científica — uma encruzilhada no sentido de que os livros psíquicos foram mencionados, mas não livros de poesia, o que deu impulso a Dialogues.

Eleanor acenou com a isca da publicação de Rich Bed. Ruburt quis lançar-se de cabeça, mas tinha receio de não aceitar o dinheiro de *Adventures* em vez disso — portanto o mesmo problema em forma nova e mais perigosa.

Grande parte disto foi bastante consciente em vários momentos, mas a vossa visão dos subúrbios (*quando fomos procurar casa com um agente imobiliário no outro dia*) ajudou a clarificá-lo. Ruburt usará ainda a sua capacidade criativa na ficção, de uma forma que de outro modo não poderia, para tornar vívida a realidade e a dimensão da personalidade humana.

Os nossos livros continuarão. Ele sentiu-se encurralado e não via saída. Mesmo agora tem receio de recusar o dinheiro de deixar tanto trabalho ir, mas vê finalmente que essa é a sua resposta.

Agora tenho uma sugestão importante, à qual espero que anuas, e é importante: debes realmente elaborar uma carta, simpática, agradecendo o interesse das pessoas, explicando que, por agora, não são dadas sessões privadas a indivíduos. Estas devem ser enviadas para a correspondência por

responder. Ruburt deve dedicar-se ao que quer escrever no seu tempo. Eu produzirei os meus livros. Haverá outros. *(ponto)*

Por agora, que as aulas continuem. Faz as mudanças que sugeri. Que o Ruburt envie Dialogues para os sítios que tem em mente.

("Deve escrever à Eleanor?")

Escreve à Eleanor e explica a situação total e honestamente.

Cada indivíduo tem dentro de si diretrizes destinadas a conduzi-lo pelos caminhos melhores para si. Não vos podeis comparar com os outros. Os próprios sentimentos do Ruburt são, portanto, essas diretrizes. Podem ser diferentes em várias alturas, mas são de confiança. A capacidade criativa do Ruburt é dele por uma razão. Foi destinada a ser usada, tal como as suas capacidades psíquicas o foram.

Há então dimensões desconhecidas no seu próprio trabalho que começarão a materializar-se, e que seriam soterradas se ele continuasse a produzir simplesmente aquilo que achava que devia produzir. E agora tens perguntas?

("Então devemos continuar a pensar que todas aquelas razões ligadas aos sintomas que deste no passado ainda se aplicam, juntamente com estas presentes dadas nesta sessão? Que todas elas contribuíram de algum modo para os problemas gerais?")

Sem dúvida que sim, mas ocorreriam transformações nelas. A vossa falta de comunicação foi importante e agravou o problema.

("Há agora algo que gostasses de dizer e que ele não te deixe dizer?" perguntei isto meio a brincar.)

Não, não há.

("Quero dizer, ele está agora aberto ao que possas ou queiras dizer?")

Creio que respondi à tua pergunta.

("Está bem.")

Há outros elementos não particularmente mencionados em pano de fundo, mas não são pontos cruciais. Ele sentia que tinha perdido a orientação. Sentir-se espontaneamente livre para escrever o que quer também o libertará psiquicamente.

("Quando usei o pêndulo na tarde de domingo e descobri as razões para os sintomas da Jane, pareceu-me que já tinha feito perguntas desse tipo antes; mas nada aconteceu, não houve quaisquer resultados—")

Porque nenhum de vós estava disposto a correr o risco antes, nem se sentia financeiramente seguro o suficiente para o fazer. Ambos estavam dispostos a aguentar a situação. A ideia de uma mudança física trouxe automaticamente estes temas à luz, e ajudaste imenso o Ruburt. Ele nunca teria tentado escrever completamente o livro, mas poderia ter-se debatido quase até meio—

("Queres dizer Adventures.")

Exatamente. Mas ambos tinham de anuir, percebes, caso contrário, para ele, não teria resultado.

Desta vez ele acredita em ti, porque a sugestão veio de ti.

(Pôr Adventures na prateleira, etc.)

Ele sente-se livre para ser psíquico apenas quando não é rotulado *(sublinhado)* exclusivamente como tal.

Tens alguma pergunta?

("Creio que não.")

Sugiro então que tudo o que disse seja posto em prática imediatamente. Depois despeço-me com um caloroso boa noite.

("Muito obrigado, Seth. Boa noite.

(É quarta-feira, 3 de janeiro, quando termino esta sessão. Jane já resolveu o assunto com o Tam — que, aliás, teve um sonho vívido na noite de segunda-feira, no qual, de forma distorcida, soube que Adventures ia ser posto de lado. Muitos elementos no sonho do Tam coincidiram com acontecimentos descritos nesta sessão, corroborando a afirmação do Seth de que o Tam já pressentia os conflitos sobre Adventures, etc. Devemos enviar-lhe o que está feito do novo livro do Seth.

Jane escreveu hoje à Eleanor; será enviado amanhã. Eu já comprei a tinta para pintar o seu atelier. Amanhã a Jane telefona ao jornal para colocar o nosso anúncio sobre uma casa. Fizemos uma lista de itens importantes a executar o mais depressa possível relativamente a estas sessões, às nossas ideias, etc.

(As provas do Oversoul Seven chegaram ontem. Isto foi muito oportuno — e nelas a Jane ficou encantada por ver muitas pistas e ideias para trabalho futuro — muitos sinais claros de que já começara a entrever o caminho para o futuro; incluindo poesia. As nossas opiniões sobre o livro subiram em flecha, embora já gostássemos dele antes também.)

SESSÃO APAGADA

3 DE JANEIRO DE 1973

(É 4 de janeiro enquanto começo a datilografar esta sessão a partir de notas. Até agora já enviámos a carta para a Eleanor acerca de Rich Bed; telefonámos o anúncio de uma casa para o jornal de Elmira; comprámos a tinta para o ateliê da Jane; pusemos novas cortinas no quarto dela; iniciámos os pedidos sobre a duplicação da carta para leitores que escrevem à Jane; embalámos os primeiros seis capítulos do livro de Seth para enviar ao Tam, na Prentice-Hall, amanhã; começámos a rever as provas de Oversoul Seven — todos estes itens fazem parte da lista que elaborámos há dois dias. Outra lista de verificação será incluída no fim desta sessão.)

(Pelas 21h40, enquanto estávamos sentados à espera do início da sessão, a Jane disse que sentia uma “coisa” volumosa à sua direita, em direção às janelas da sala de estar. Não chegou a ver nada, nem o efeito se desenvolveu mais.)

Agora—

(“Boa noite, Seth.”)

Boa noite. (Pausa.) Isto não é ditado.

A maioria dos indivíduos permanece focada de forma tão rígida na vossa área particular de espaço e tempo que a maior dimensionalidade da entidade lhes é desconhecida a nível consciente. Qualquer intrusão de outras camadas da realidade é prontamente encerrada.

São consideradas como não-eu, perigosas ou alienígenas. Apenas no estado de sonho é permitida qualquer comunicação desse género. A realidade maior do eu é, portanto, em grande parte insuspeitada, e o vasto conhecimento por ele possuído permanece desconhecido a nível consciente.

A mente consciente, no entanto, está (*sublinhado*) a evoluir, nos vossos termos. Não é o produto acabado. Podeis incluir esta informação no meu livro, mas não é ditado para o livro. A criatividade tal como é geralmente conhecida representa apenas uma pequena parte de capacidades muito mais vastas. A criatividade, tal como a entendeis, é o aspeto tridimensional então de maiores habilidades que pertencem à nossa consciência por natureza, quer se materialize conscientemente ou não.

Quando assim se materializa, grande parte da criatividade é automaticamente expressa (*pausa*), estando o indivíduo consciente apenas da habilidade que a mente consegue compreender. A maioria dos indivíduos, portanto, não lida com parcelas maiores da sua própria realidade. Um indivíduo coloca para si os desafios que estão dentro do seu alcance em determinado momento. Não enfrenta desafios que, nos seus termos, são demasiado grandes para serem resolvidos.

Agora. (*Lentamente.*) Ao longo dos anos (*pausa*), Ruburt tem-se tornado cada vez mais consciente de outros tipos de realidades e estruturas psicológicas além das normalmente experienciadas. Ele nasceu com essa capacidade, tendo escolhido esse percurso. A capacidade estava lá muito antes de se manifestar.

Mais cedo experienciou fortes acelerações de criatividade e consciência (*pausa*). Essas acelerações e essa capacidade ativaram a glândula tiroide, e não o contrário. Ele sentiu a energia, claro, e considerou-a uma das suas características, mas assustou-o. Tinha ideias definidas sobre as formas pelas quais a energia deveria ser corretamente usada e canalizada.

Temia avançar demasiado depressa, e pior ainda, avançar sozinho. Foram aplicados controlos à medida que aprendeu a experienciar e usar as suas crescentes habilidades. Os receios de ser um médium oficial tinham

como objetivo garantir que não caísse na tentação de permitir que todos os dogmas fossem colados aos fenómenos, de modo a não operar dentro de velhas estruturas e, portanto, não lhes dar consentimento tácito.

Em tudo isto tu também anuíste. Sabia-se que só apresentando o material por escrito, e eventualmente em livros, a sua personalidade o aceitaria. Seria também impelido a analisar criticamente os fenómenos — e em livros, porque é escritor — antes de se sentir suficientemente livre para simplesmente criar.

A escrita crítica e os sintomas andavam de mãos dadas. Ambos eram procedimentos de cautela, simbólicos e literais, que ele sentia serem necessários. Até que a sua própria compreensão da sua natureza e da natureza da consciência avançasse, precisava dessas táticas.

Tu reconheceste-os como sinais de cautela e anuíste. A liberdade de *Seven* foi o primeiro sinal de libertação, mas não aceite em todos os níveis. *(Pausa.)* Compreendes, embora imperfeitamente, o que acontece quando estás entre crenças — certo de que uma já não é adequada, incapaz de confiar nela como antes, mas ainda não capaz de aceitar plenamente outra.

Agora, até às experiências psíquicas de Ruburt e ao início desta expansão da consciência e das capacidades, ele estava habituado a confiar em outros níveis de confiança. Identificava-se completamente com o seu corpo. Depois já não podia identificar-se com o corpo da mesma forma. Tornou-se necessária toda uma nova orientação, e isso implicou um período de stress.

As razões dadas continuam a aplicar-se, mas todas dentro deste quadro mais vasto. As necessidades do corpo até mudaram, em certa medida. Ora, muito disto assustar-vos-ia no passado, e não poderia ter sido transmitido até chegarem a determinado ponto de desenvolvimento e alcançarem um novo estatuto, tanto individualmente como na vossa relação.

Esta é uma sessão significativa. Vou deixar-vos fazer uma pausa e continuaremos.

(O transe da Jane tinha sido muito profundo. A sua fala tinha sido muito profunda, especialmente na última página. “Ele ainda tem imensas coisas,” disse ela, “e tenho uma vaga ideia do que se está a passar... Tenho também uma sensação estranhíssima — estou à espera de ver se tu também a tens.”

(Não sabia exatamente o que a Jane queria dizer. Antes da sessão, ela tinha feito comentários sobre ser significativa. Concordei que sim, mas a minha interpretação dessa significância não era tão positiva como a de Seth, receio. Não perguntei à Jane qual era a sua interpretação dessa significância, de qualquer forma. Mas, à primeira vista, pensei que podia ser feito um bom argumento por não abrir de início as portas a desenvolvimentos psíquicos, a julgar pelo conteúdo desta sessão até agora.

(Talvez estivesse excessivamente cansado. Não considerava que tal desenvolvimento valesse sintomas, por exemplo, mesmo que desaparecessem amanhã. Oito anos era demasiado para uma experiência dessas...

(Parecia também que ambos tínhamos decidido confinar o trabalho psíquico apenas às sessões, o que pensei que automaticamente encerraria, nesta altura, muitos desenvolvimentos possíveis. Também achei haver uma forte possibilidade de as próprias sessões acabarem, a não ser que a Jane mostrasse grande melhoria antes de passar muito mais tempo. Acreditamos estar comprometidos em entregar o novo livro de Seth, mas depois disso...

(Pelo menos pensei que a Jane poderia usar a consciência psíquica como intuição, etc., no seu trabalho, como todos os outros faziam, escrever “direto” e deixar-se ficar por aí. Nesta altura, tendo em conta as nossas próprias experiências, duvidava seriamente de que muitas pessoas na nossa realidade estivessem realmente preparadas ou equipadas para lidar com tais desenvolvimentos sem grande luta — escolhida ou não. Havia, senti, grande possibilidade de a luta levar a melhor sobre elas.

(O material desta noite, sessão e notas, respondia, aliás, a especulações minhas algo frequentes: porque sempre enfatizei a cautela ao falar com outros que pediam conselhos sobre desenvolver assuntos psíquicos.

(“De certo modo, a sessão desta noite é tão significativa como a primeira que tivemos,” disse a Jane. “É como se tivesses passado por um período de treino sem sequer saberes que estavas em treino — e agora, nos nossos termos,” disse com surpresa, “levou todo esse tempo. É como se eu tivesse estado cheia de medo de sair da velha estrutura. Não sabia para onde raio ia... Pega no Sumari, e quando ouço as vozes: o que raio é suposto eu fazer com essas coisas?”

(“Essas atitudes são tuas,” disse eu, pouco antes de Seth regressar. “Ninguém mais te impôs essas exigências; foste tu que as escolheste.” Quis acrescentar que tinha fortes reservas em fazer certas escolhas, mesmo que tivéssemos o poder de as fazer, mas não houve tempo.)

Ora bem. À tua maneira fizeste a mesma coisa, e pelas mesmas razões, no que toca ao teu trabalho. Tentaste obstinadamente (intensamente) interpretar uma experiência maior através de formas antigas, usando canais “antigos” que são adequados para a criatividade habitual em arte — mas dolorosamente restritivos no teu caso. Terei muito mais a dizer-te acerca disso.

Insististe em tentar retratar a nova visão usando métodos que não a podiam conter, e que não permitiam espontaneamente que as tuas visões fluíssem para as suas próprias formas. Voltarei a este ponto mais tarde esta noite. Dê-nos um momento.

As expansões de consciência por parte de Ruburt envolveram alguns sentimentos naturais de desorientação com o seu corpo e com o mundo, que no conjunto foram tratados de forma soberba.

Com o desenvolvimento das capacidades, no entanto, a importância do pensamento consciente tornou-se maior do que antes. A mente, de certo modo, estava a tornar-se mais consciente da realidade, a usar maior energia e a assumir responsabilidades cada vez maiores, que antes não suportava nesse grau. A aceleração da criatividade mental significava, portanto, que a energia criativa dos pensamentos se tornava cada vez maior em termos práticos. Estás a seguir-me?

(“*Sim.*”)

Padrões antigos e dispersos de pensamento, portanto, ou depressões, tornaram-se mais prontamente materializados, assim como os mais positivos, segundo a vossa forma de pensar. Tanto os elementos positivos como os negativos foram mais rapidamente materializados criativamente. É quase (*sublinhado*), pelo menos simbolicamente, como se Ruburt tivesse renascido aos 36 anos num mundo com novas regras, às quais então teve de se aclimatar.

A expansão da consciência é suficientemente ampla para se tornar num tipo diferente de consciência — se lhe for dada liberdade. Ele conteve-se nas formas já indicadas. Tu contiveste-te de muitas das experiências que poderias tu próprio ter vivenciado, e agora estás pronto para iniciar uma aceleração própria que será em grande parte interpretada através do teu trabalho, se o permitires.

Tu também sentiste que Ruburt precisava de ti, particularmente no início, com ambos os pés assentes na terra, por assim dizer; Ruburt tem toda a razão. Esta sessão é, à sua maneira, tão importante como as nossas iniciais.

Quando quiseres uma pausa interrompe-me. Caso contrário, continuarei por mais um tempo.

(“*Está bem.*” Pausa às 22h55.)

A atitude cautelosa de Ruburt era a sua forma de manter o equilíbrio. Normalmente o seu tipo particular de desenvolvimento dá-se ao longo de duas vidas, nos vossos termos. O teu desejo inabalável de pintar é o teu impulso, como a escrita foi e é o de Ruburt, de modo que o vosso conhecimento seria interpretado nesses termos — como será, se continuares.

Vou delinear um programa. As sugestões não serão dadas necessariamente por ordem.

Ruburt deve fazer o seu próprio trabalho criativo nas horas de escrita. Para o bem da sua saúde deve, pelo menos 15 minutos por dia, relaxar da forma que escolher — mas relaxamento mental e físico. Isto não é distração como televisão, percebes.

Não deve sentir-se à mercê de cartas, pessoas, chamadas ou o que seja. Deve sentir-se livre dessas exigências. Elas não fazem parte do seu trabalho. O meu livro está especificamente orientado para as pessoas. Quando ele perceber que não precisa de estar ao dispor delas poderá sentir-se livremente grato pelo seu correio, e não ressentido.

Uma carta honesta e calorosa será ditada por mim (*mais alto*), para ser enviada. Isto liberta-o dessa responsabilidade de forma limpa, e é importante que seja assim liberto não só para seu benefício mas também para outro trabalho, do qual tais exigências o distraem.

Por agora a aula deve continuar. A vossa vida social deve e não pode ser deixada deteriorar. Ambos precisam desse contacto, mas livres, percebem, das exigências que ele tem sentido, por exemplo, da correspondência. Nem precisa de sentir-se à mercê de qualquer pessoa que queira vir aqui para uma sessão ou outra coisa.

Nem precisa sentir a responsabilidade de permitir que pessoas venham de longe à aula — mas isso poderá, de forma geral, representar o contacto dele com outros a nível psíquico. Deve falar com Hugh, como mencionou, e isso é importante.

Hugh substituirá na aula, a menos que tu participes. Hugh pode (*sublinhado*) desempenhar esse papel, mas é importante que alguém o faça agora.

(“Ele não acabou, posso dizer-te isso,” disse a Jane depois de sair de um transe profundo. “Sinto que há mais coisas a vir — não sei o que vou pensar quando ler isto.” Quando se levantou mal se conseguia mover na cadeira. Sentou-se pesadamente, depois disse que tinha de ir à casa de banho — o que fez, devagar.

(“Tudo isto é inesperado para mim,” disse ela. Perguntei-me por que razão haveria de ser, e pensei também que esta era uma forma de as sessões procurarem proteger-se a si próprias. Mas depois havia o livro de Seth para acabar... 23h20.)

Estão prontos?

(“Sim.”)

Vão ser dadas algumas recomendações de dieta. Algumas mudanças de gosto já ocorreram, para sua surpresa. Já não gosta de bife cru como antes, nem sequer particularmente de bife, por exemplo.

Descobre-se naturalmente a querer cereais como arroz e outros, e a ter desejo de batatas assadas. A sua dieta, e a tua, deve seguir os seguintes padrões: para ele particularmente, exceto pelo bacon que é curado, muito pouco porco. Bife, se me permites, apenas em raras ocasiões.

Para ele, ênfase nas batatas em todas as formas exceto fritas em imersão, e verduras — espinafres, nabijas e afins. Citrinos para ele devem ser em grande parte evitados, particularmente com leite em conjunto. Todas

as outras frutas, no entanto, devem ser melhor aproveitadas na sua dieta. Os sumos de pera e alperce em particular são bons.

A manteiga de amendoim que instintivamente procura é aceitável, mas deve habituar-se a comer outros tipos de frutos secos — caju em particular. E, como suspeitava ultimamente, as sementes de girassol são boas. Gosta de queijo cottage com alface, e ambos são bons para ele. As azeitonas são um importante complemento, e ele gosta delas.

O líquido comercial para ganho de peso está altamente contaminado, e deve ser evitado. Leite maltado está bem, é bom, mas nunca mais do que dois copos por dia. Peixe, frango, e alguma vitela. Alguma carne de vaca está bem, mas não como dieta regular. Recomendo sem dúvida tanto a vitamina E diária como um suplemento geral de vitaminas e minerais.

Tudo isto também se aplica a ti, e reduz a tua ingestão de sal, mas não a de Ruburt. Os alimentos recomendados têm um efeito estabilizador e nutritivo nos vossos sistemas nos estádios atuais de desenvolvimento. Tu podes lidar com citrinos, enquanto Ruburt não pode.

A tua ingestão de sal é maior do que precisas, por outro lado, enquanto a de Ruburt não é. Dá-me um momento.

Mais tarde sugirirei que Ruburt reduza tanto o açúcar como o leite para o café, mas por agora deixa estar. Os frutos secos devem ser mantidos na sua secretária, contudo, para petiscar.

Agora. A aula de escrita criativa já cumpriu o seu propósito, desde que mantenhais a vossa vida social. Deve ser encerrada. Ele precisa do tempo, e tornou-se um método de ajudar pessoas.

Todos os contactos com quaisquer grupos espiritualistas devem ser evitados. Vocês os dois, embora esteja a falar principalmente para Ruburt, devem unir forças e eliminar quaisquer exigências impostas por outros. Estou a falar agora do vosso âmbito de trabalho.

Por outro lado, deves trabalhar no mínimo quatro horas e meia por dia na tua pintura. As tarefas serão cuidadas, e terão o seu devido lugar. O mesmo aplica-se a Ruburt no seu trabalho. Podem aproveitar o vosso período de sesta muito mais do que fazem. Devem considerar-se pioneiros. Ruburt, em particular, deve agora finalmente esquecer a opinião dos outros sobre as suas atividades e seguir em frente. As opiniões deles nunca te afetaram nesse grau.

Todas estas sugestões libertar-vos-ão de formas importantes. Ele nunca teve a intenção de dar toda a sua concentração consciente ao trabalho “psíquico”. A liberdade do seu próprio trabalho criativo irá reforçar essas capacidades, mas também libertá-lo para novas expansões de consciência que estão destinadas a seguir-se. O mesmo se aplica a ti, e nestes empreendimentos devem trabalhar juntos.

Os meus livros destinam-se a dar-vos uma estrutura financeira dentro da qual possam operar em termos práticos, além de outros objetivos. Há

caminhos abertos que Ruburt tem receado seguir pelas razões dadas esta noite, mas aos quais agora está a anuir.

O mesmo aplica-se a ti no teu trabalho. Maior crença e confiança em vós próprios é necessária, e é por esta razão que deveis eliminar de forma implacável todas as outras exigências. São também esses os caminhos que Ruburt temido seguir, e em que se conteve.

Ele percebe agora que o crescimento não pode ser contido. Agora, mais tarde, mas não num futuro distante, os vossos períodos de sesta serão usados para trabalho conjunto fora-do-corpo. Os desenvolvimentos latentes desde as nossas sessões estão agora prontos a avançar. A sensação de realização e de paz dar-vos-á a sensação de maior tempo disponível no vosso quadro diário. E logo que a árvore de Natal seja retirada, o badminton.

Agora isto é a fase dois, e não podem regredir, apenas avançar — e Ruburt percebe isso agora. Dá-me e dá a ti próprio um descanso.

Hugh, Marianne e Wade devem receber posições de responsabilidade. Aceitá-las-ão de bom grado. A esposa de Hugh enviará as cartas-modelo. Ela precisa da sensação de ajudar e de ser importante. Isso ajudará a sua própria situação.

Conter a vossa própria expansão da consciência impede a energia de fluir pelo corpo. Quando a vossa relação esteve instável, Ruburt estava, portanto, duas vezes mais assustado do que tu. Estas sugestões, se forem seguidas completamente (*sublinhado*) e de forma consistente e dedicada, libertarão completamente o corpo. Não poderiam ter sido dadas desta forma antes, por razões que agora deverão ser evidentes. Tinham de estar dentro do quadro de uma excelente relação entre vós.

Ruburt tinha de compreender as suas próprias necessidades criativas como pessoa, e aceitar a mobilidade da sua própria consciência e as mudanças que isso implicaria. Tu também tens de estar suficientemente livre, e estarás, para manter a tua própria posição, e tens de estar suficientemente livre para pôr de lado as algemas que rodeiam invisivelmente o campo da pintura, e até a tua própria interpretação dele.

Há formas em que Ruburt pode ser de assistência inestimável. Alguns incidentes ocorrerão nas nossas sessões, e outros nos vossos períodos de sesta coordenados, bem como no estado de sonho; e dentro de alguns meses, se estas sugestões forem seguidas.

Agora, os dois estão a crescer juntos de novas formas, em que os vossos aspetos individuais são reforçados. Mas através disto, ou por causa disto, torna-se possível uma energia conjunta maior, em que todas as capacidades das vossas consciências se expandem. Será um ano extremamente iluminador. Dê-nos um momento.

(*Pausa.*) A vossa situação física mudará, e um dia viverão mais perto do mar, embora não diretamente na sua orla. O avô de Ruburt tinha razão — precisam de uma casa aberta aos quatro ventos.

Agora despeço-me com um afetuoso boa noite, depois de uma sessão altamente significativa —

(*“Obrigado.”*)

— pois têm de prosseguir da forma que indiquei se quiserem cumprir as capacidades e propósitos que ambos possuem. E esse é o fim da sessão.

(*“Boa noite, Seth, e muito obrigado.”*)

As vitaminas mencionadas aplicam-se também a ti, embora não a extra — apenas a cápsula completa.

(*A Jane permaneceu imóvel em transe.*)

Devem fazer todos os esforços para se mudarem até à primavera. Entretanto, Ruburt deve “abençoar” (entre aspas) a cama da forma que escolher, por causa de velhos aspetos absorvidos quando estiveste doente.

Há diferenças entre as duas metades da casa, relacionadas com cursos de água subterrâneos e antigos bolsões de gás. É melhor que me deixe continuar com a informação enquanto flui... A zona desde a cheia não é tão saudável como era, devido a condutas que ficaram inundadas. Procurem água em altura. É mais pura. Estás a seguir-me? (*“Penso que sim.”*)

Esse é o fim. As minhas melhores saudações para ambos.

(*“Muito obrigado. Boa noite, Seth.”*)

(*Novamente o transe da Jane tinha sido muito profundo. Disse-me que tinha a sensação, vinda de Seth, de que teríamos um sonho significativo essa noite, do tipo que ele falara há muito tempo. Tinha a sensação de que a sessão era “uma coisa grande, significativa”. Eu parecia estar mais reservado.*)

SESSÃO APAGADA

9 DE JANEIRO DE 1973

(Esta breve sessão foi realizada para ajudar a lidar com os sintomas recorrentes dos dentes da Jane. Sabíamos que estavam relacionados com Eleanor Friede e Rich Bed, etc., conforme detalhado anteriormente. Mas a sua frequência crescente alarmou-nos bastante hoje. Aprendemos muito com o pêndulo hoje, e continuávamos a esperar que finalmente tivéssemos descoberto a causa dos sintomas. Cada vez que os sintomas regressavam: hoje, após o pequeno-almoço, depois do almoço, etc., de modo que passámos o dia inteiro a lidar com eles. Finalmente perguntei à Jane, depois do almoço, se poderia ter uma sessão, independentemente de estar incomodada [como estava no momento da sessão, embora em menor grau].

(Mesmo durante a sessão a voz da Jane estava restringida, ou baixa, como se não quisesse mover energeticamente os maxilares e os lábios.)

Bem—

(“Boa tarde, Seth.”)

—e, pelo menos por agora, não interrompas.

A inflamação dos seios nasais começou antes da vossa viagem a Rochester, quando Eleanor falou de *Rich Bed*. (Eleanor escreveu à Jane sobre isso a 4 de outubro de 1972, elogiando extensamente *Rich Bed*. Ver a sessão eliminada de 13 de novembro de 1972, etc.) Dei-vos algum material sobre isso — Ruburt a adotar sintomas de constipação, conforme mencionado nesse material.

Era para ser um período de teste. Ele estava a pensar em abandonar os sintomas mais gerais *(indicando as pernas. Isso ainda não aconteceu.)*

Os seios nasais ficaram novamente agravados quando Ruburt fez a apresentação para a Eleanor, e, segundo a sua forma de pensar, foi pelo menos de imediato desencorajado pela falta de decisão oficial da Eleanor.

Sentiu-se limitado por causa da amizade de Eleanor. Não deixaria outro editor ficar com um livro em tais termos e por tanto tempo. Quando decidiu não fazer *Adventures* (há uma ou duas semanas), o livro tornou-se mais importante em termos literários e financeiros.

Nos últimos dois dias as pernas e pés têm estado algo melhores. O maxilar está a realinhar-se. Em certa medida isso é terapêutico.

(Alguns dias atrás a Jane disse-me, depois de se examinar ao espelho, que os dentes estavam a “endireitar-se sozinhos”, etc.)

Todos os medos baseiam-se, claro, na crença de que Ruburt tem de escrever para justificar a sua existência. A insegurança básica, noutras palavras.

Agora. Neste momento, a sugestão adequada dada por ti enquanto ele está num estado hipnótico ligeiro ajudará. Essas devem incidir na ideia do

seu valor fundamental como ser, para além do que faz. Uma voz suave e amorosa fará efeito nessas condições.

Agora. Outra via é necessária. Trata-o como acima, reforçando a segurança interior. Depois certifica-te de que os medos de Ruburt são expressos, que ele os reconhece conscientemente e não tenta racionalizá-los. Eles têm a sua própria validade.

Uma vez reconhecidos, podem ser enfrentados e tratados, mas não podem ser racionalizados e negados, enquanto são abafados e fingindo que não existem.

Tu achas tais medos tolos; Ruburt também, por isso tenta convencer-se de que não os tem, ao mesmo tempo que finge que não existem. Assim, não são expressos. E sente-se envergonhado de os discutir contigo também.

É importante que trabalhes a partir de ambos os lados. Se Ruburt simplesmente escrevesse todos os dias os assuntos que honestamente o preocupam, e os discutisse contigo, isso seria benéfico. Assim poderiam ser enfrentados.

Esse é o fim por agora.

(“Obrigado, Seth.” 14h00. Pensámos que era o fim mas—)

Mais uma nota: Seria melhor, percebes, se ele gritasse e berrasse de forma completamente indigna. O vosso badminton foi abandonado. Isso permitia uma tradução inconsciente de tais sentimentos para fora, em ação. E esse é o fim.

(“Sim.”)

(Algumas notas interessantes: Pensámos que a sessão tinha ajudado, e que os sintomas desapareceriam. A meio da tarde a Jane voltou a tê-los, embora em menor grau. Voltámos a usar o pêndulo, e aprendemos algumas coisas novas. Todas as razões tinham a ver com Eleanor e Rich Bed, e Adventures, Tam, os sentimentos da Jane de estar afastada por Eleanor e Dick, etc. O novo livro de Seth foi inocentado.

(Eu estava demasiado perturbado para dar as sugestões de forma adequada depois da sessão. A Jane datilografou algumas páginas. O último parágrafo era novo: ela sentia que não podia pressionar Eleanor porque Dick estava a promover os livros da Jane. Não tínhamos perguntado isto ao pêndulo. Sugeri um prazo de duas semanas; depois a Jane pediria o retorno de Rich Bed se não tivesse notícias da Eleanor. Enquanto a Jane usava o pêndulo eu dava algumas sugestões. A Jane fez uma sesta enquanto eu acabava de arrumar a sala.

(Pelas 18h, uma hora antes da aula de ESP, os sintomas voltaram em menor grau. Ambos ficámos novamente alarmados. Enquanto a Jane usava o pêndulo eu dava sugestões, depois de lhe ler esta sessão. Revermos o que tínhamos aprendido com o pêndulo da Jane acerca de uma observação inocente minha, de que a Jane não precisava de pedir à Eleanor o retorno do manuscrito de Rich Bed após duas semanas. Com isso queria mostrar à

Jane que não estava a tentar dizer-lhe como gerir as coisas — mas aparentemente essa observação reavivou os medos da Jane de que não poderia insistir com a Eleanor tão depressa. A Jane quer ação.

(A Jane vestiu-se para a aula, e os sintomas não pioraram. Disse-me, num intervalo da aula, que ao fim de alguns minutos começou a sentir-se muito melhor. Durante a noite, enquanto eu trabalhava na cozinha, ouvi-a cantar lindamente em Sumari várias vezes; Seth também falou, muito mais energicamente do que o fizera nessa tarde. A Jane disse-me também que gostava da aula — tínhamos discutido ela deixá-la em breve — e que tencionava ser “mais livre” nela a partir de agora; e que a questão dos dentes seria conquistada. Parece que aprendemos muito hoje. O medo que experimentámos conscientemente foi muito instrutivo.)

SESSÃO APAGADA

10 DE JANEIRO DE 1973

A Jane teve “a cena do dente” de forma algo distante, brevemente depois do pequeno-almoço e depois do jantar de hoje. Conversámos sobre as causas, usámos algumas sugestões, e isso pareceu resolver a questão. Ela sente-se muito melhor. Está a escrever todos os dias os seus medos, raivas, pontos positivos, etc. Isto tem sido muito revelador.

(Perguntei se Seth falaria sobre o sonho da Tam de 1 de janeiro de 1973; sobre os sintomas de constipação dela desde outubro passado; e sobre a carta que Seth prometeu ditar para os correspondentes. Hoje também jogámos badminton. Ambos tivemos muitas interrupções, e decidimos fazer algo a respeito. Planeámos levantar-nos muito mais cedo amanhã, para começar.)

Agora. Boa noite —

(“Boa noite, Seth.”)

— e deixa-me tratar disto, como de costume, à minha maneira.

Há já algum tempo tenho-vos dado muitos conselhos, muitas sugestões, sabendo perfeitamente que algumas seriam deixadas de lado. No entanto, o suficiente seria seguido para fornecer algum tipo de programa interior, que pelo menos vos orientaria nas direções corretas.

Relativamente ao tema do meu livro agora: o dilema básico, bem como as suas razões e desenvolvimento, esteve totalmente disponível na mente consciente de Ruburt durante todo esse tempo. Ele escolheu não lidar com isso porque não estava pronto para enfrentar o problema, não se sentia capaz. Não estava pronto para dar o passo.

O problema é que, quando recusas lidar com problemas conscientes tão disponíveis, comesas a organizar outro material pertinente acerca do problema, e isso também se torna tabu. É um jogo que jogas contigo

mesmo. Porque não queres enfrentar o material, não podes contrapor-lhe outras ideias conscientes, nem gerar outros sentimentos emocionais que te ajudariam.

O problema consciente inaceitável acumula, portanto, grandes cargas de sentimentos emocionais correlacionados que também ficam por expressar. No verão em que Ruburt esteve melhor, começou a escrever os seus sentimentos e pensamentos. Isso ajudou a libertar alguns deles, libertou-o portanto conscientemente, e levou diretamente à sua escrita posterior.

Não foram, no entanto, trabalhados até ao fim, e ele parou a prática. Sem saber, estavam a trabalhar nos dois níveis dados na minha última sessão, através da sugestão, construindo autoconfiança enquanto Ruburt escrevia as suas queixas e pensamentos conscientes. Até que produziu *Seven*, contudo, não consideraria realmente enfrentar o dilema. *Seven* foi o romance que lhe mostrou que podia (*sublinhado*) escrever ficção.

Adventures serviu de veículo que trouxe à luz muitos dos seus sentimentos contra o campo psíquico, ou melhor, contra o seu papel nele, tal como o via. Foi necessário e teve um propósito. Um propósito foi a sua percepção de que tal livro, por agora, mesmo no seu melhor, com orientação pessoal, não era a sua praia. Muito do material nele será publicado mais tarde.

A constipação e a dificuldade no maxilar — ambos foram a interpretação física de uma crise crescente que tinha de ser enfrentada. Ele estava pronto para enfrentar o problema, trazê-lo a público, e toda a questão foi finalmente trazida a público através desses sintomas. O período crítico terminou devido ao reconhecimento do problema e à sua determinação de o enfrentar e resolver.

Certas ideias que ele tem agora estão ainda numa fase de transição, uma fase necessária. O dente destinava-se a chamar-lhe a atenção, a fazê-lo perceber a importância de agir agora. Não haverá mais grandes problemas com isso. Dentro de alguns dias terá desaparecido completamente. É de grande importância agora, no entanto, que ele escreva todos os dias os seus pensamentos, como começou. Não é que precise de se concentrar em ideias negativas. São sentimentos e pensamentos normais que só ganharam tanta carga porque se acumularam à volta do dilema não enfrentado; se poderia ou não conseguir por si próprio, ou se poderia dar-se ao luxo de tentar.

Devem, portanto, ser devidamente enfrentados todos os dias até que se reduzam normalmente a preocupações diárias normais. Não te esqueças, seja qual for a forma como o uses, da importância de reforçar o sentido de valor dele, independentemente do que faz. A carga acumulada, para ele (*sublinhado*), acerca do tempo e do trabalho, mascara naturalmente o seu medo de não conseguir alcançar o que deseja. Isto é à parte de considerações práticas normais sobre tempo.

Sugiro agora, por agora (*sublinhado*), que ambos se levantem às 6h30, e façam uma boa sesta antes do jantar. Sugiro isto porque ajudará ambos com o vosso trabalho. É um método simples. Também, contudo, vos dará tempo psíquico mais livre na vossa sesta.

Esta sugestão é para o presente. A constipação também começará agora a desaparecer, e, como vos digo, a seguir desaparecerão os outros sintomas. Isto apenas, no entanto, se o hábito da escrita for mantido, e as outras sugestões.

(Um parágrafo muito importante.)

Em dois dias Ruburt tornou-se mais consciente dos seus problemas, e fez conexões que (*sublinhado*) tinham de ser feitas. O trabalho psíquico futuro dependia também de uma decisão “correta” (*entre aspas*) da parte dele.

Agora dê-nos um momento. (*Pausa. Ritmo rápido.*)

Tam tem grande confiança em mim, no trabalho de Ruburt, e basicamente em si mesma. Sempre acompanhou Ruburt. As suas ligações são boas na vida desperta, mas a relação deles vai muito mais fundo. Algumas das suas reações na vida desperta são incongruentes. Às vezes ficam encantados um com o outro, e no entanto, às vezes sentem, ao encontrar-se, uma sensação consciente de desilusão, ao mesmo tempo que experienciam uma sensação interior de reconhecimento e entusiasmo jubiloso.

Isto tem a ver, nos vossos termos, com relações reencarnacionais que propositadamente não vos dei.

Quanto ao sonho da Tam, tenho algumas coisas a dizer.

(A Tam escreveu à Jane a 2 de janeiro de 1973, pedindo algum material sobre o seu sonho da noite anterior. De forma distorcida captou que a Jane e eu tínhamos decidido a 2 de janeiro que Adventures in Consciousness não seria escrito nem contratado; que, nas horas de trabalho diurnas, a Jane deveria avançar a todo o vapor na sua própria escrita, etc. A Jane telefonou-lhe na manhã do dia 2 de janeiro. [Cópia enviada à Tam a 12 de janeiro de 1973, desta parte.])

Há uma ligação entre Aerofranz e Ruburt, bem como entre Tam e Nebene. Tam conhecia os propósitos de *Adventures* desde o início, assim como Ruburt, mas nenhum dos dois podia agir sobre esse conhecimento conscientemente, pois ainda não servia os seus propósitos conscientes.

O sonho não foi apenas a dramatização de Tam de uma mensagem enviada por Ruburt, embora a dramatização estivesse envolvida. Ruburt representou as suas ideias de um médium convencional para Tam, que em estado de sonho percebeu a dramatização de Ruburt.

Tam recebeu a mensagem básica, embora de manhã. Fez várias distorções, substituindo-te (*RFB*) e o livro que sugeri (*Through My Eyes*) em vez de Ruburt e *Adventures*. Fez isto para ganhar tempo a nível

consciente para lidar com a situação. Há algum tempo, depois de *Seven*, mencionou o meu livro, o meu novo livro, a Ruburt, e Ruburt disse que não queria contratar material em transe com antecedência, por isso Tam deixou o assunto.

Ambos sabiam, noutros níveis, que Ruburt precisava de um avanço de capítulos, e do livro bem em progresso, por isso Tam simplesmente acompanhou, como Ruburt, até chegar o momento em que Ruburt percebeu que tinha plena confiança, que o livro era bom, e que *Adventures* tinha outros propósitos.

De novo, de forma diferente, o material em *Adventures* será publicado mais tarde, tal como o material dos sonhos. Descansa a tua mão.

(Ainda em transe, Seth/Jane disse enquanto servia um copo de vinho: “Estou a dar-te o material da Tam de uma vez só — será mais fácil de datilografar.” Retomou às 21h55.)

Agora *Seven* terá o seu próprio público. Tornar-se-á, no entanto, um produto de massas, e Tam estará envolvida como já esteve com *Seven*.

Diz-lhe que estou a sorrir, mas que lhe digo para confiar em si mesma e não procurar leituras em outros. Só a irão confundir. Estará ligada a *Seven* e a um filme. Alguns dos seus escritos posteriores tratarão de mim, da aula de Ruburt, mas de formas que ela não suspeita. Tenho grande afeto por ela. O seu trabalho com sonhos (sublinhado) dará frutos, e ela e Ruburt estão envolvidos em sonhos juntos, embora não se reconheçam neles.

Fim para a Tam.

Agora vocês os dois estão esclarecidos, com o dilema básico exposto, a ser enfrentado, trabalhado e tratado; mas os hábitos também devem ser combatidos por Ruburt escrevendo diariamente esses pensamentos e sentimentos. O badminton é importante como indicado, por mais trivial que possa parecer.

Dê-nos um momento. Ou façam uma pausa se preferirem.

(“Está bem.”

(O transe da Jane tinha sido profundo, a sua fala rápida e intensa. Seth estava insistentemente presente. “Está bem, está bem,” disse a Jane a Seth invisível. Disse-lhe que estava pronto se ela quisesse retomar.)

Agora. Eu não podia forçar Ruburt a enfrentar o dilema até ele sentir que estava pronto para lidar com ele — então veria como vê agora, como um desafio. Todas as outras razões dadas encaixam. Estavam por detrás das razões pelas quais ele não sentia que podia enfrentar o dilema, mas também o mascaravam parcialmente.

O medo então tingia as suas outras atitudes e reações. O seu medo da dor de dentes era uma interpretação física do medo de enfrentar o dilema, da dor de o trazer à luz. Depois descobriu que não era tão mau quanto pensava, que podia de qualquer modo funcionar, e incrivelmente bem, como na aula (*ESP*) da noite anterior.

A aula foi importante.
(*Como a Jane também disse.*)

Porque agora decidiu fazer a sua própria coisa, também estava livre para fazer a sua coisa psíquica — daí hoje as experiências fora-do-corpo realizadas.

(*Com bastante sucesso.*)

Quando se via simplesmente (*sublinhado*) como um médium, tornava-se presa de todas as ideias psíquicas convencionais, com medo, por exemplo, das características demoníaco-sexuais ligadas às experiências fora-do-corpo.

Ver-se a fazer a sua própria coisa interrompe tais reações desnecessárias. As experiências realizadas inconscientemente também espalharam energia pelo corpo físico onde era necessária, e foram terapêuticas.

Ele tinha de perceber o seu medo e o seu terrível dilema em relação à Eleanor porque isso mostrava, em forma concentrada, o seu próprio medo de conseguir ou não ter sucesso por si mesmo, daí a sua dependência, que o fazia ressentir-se da Eleanor. Teve de trabalhar esse ressentimento.

Agora, também tu tiveste receio de não conseguires fazer a tua própria coisa por ti (*sublinhado*), por isso anuístes à situação. Compreendias, embora não quisesses enfrentar a tua compreensão. O dilema de Ruburt era-te bastante claro. Sentias que não o podias pressionar até que estivesse pronto.

(*Quase com uma gargalhada:*) Ele ressentiu-se de tu não o teres pressionado nessa questão em particular. Tu, no entanto, compreendeste o significado e a importância de *Adventures*, e ajudaste-o quando percebeste que ele estava pronto para o aceitar, através da tua sugestão. Estás a seguir-me?

(*“Queres dizer com o meu pêndulo?” Quando soube, há pouco tempo, que os sintomas da Jane eram causados pelo seu medo de que o trabalho psíquico não a deixasse fazer a sua própria escrita, que estava a falhar como escritora, que queria primeiro sucesso como escritora, não como médium, etc.*)

Exatamente.

A situação do apartamento foi outro símbolo, para mover o impasse físico. Tinha de ser enfrentado a esse nível físico, no vosso caso, antes de o outro problema de mobilidade poder vir totalmente à luz.

As mudanças físicas, no entanto, são supremamente importantes, como materializações físicas de mudanças interiores. Existem agora tensões em termos de contratos e dinheiro, que Ruburt não estava disposto a enfrentar antes. Agora estão patentes, e não mascaradas. Por isso a escrita, como dito, é importante — que sejam diariamente libertadas.

(Enfaticamente. A Jane continua a libertar-se diariamente nas notas pessoais — com excelentes resultados. Escreveu: “Meados de fevereiro de 1973 — começo o novo Seven!”)

Rich Bed vai vender. Haverá outro, e outro Seven. Ruburt ficava perturbado com a reputação psíquica, não por ser psíquica, mas porque não era a que queria. Está encantado com ela desde que esteja a trabalhar para o que deseja. Então pode relaxar e desfrutar.

Vivia-a como uma ameaça, com razão, enquanto tinha medo de usar as suas capacidades de escrita noutras formas, como deve. Só então a verdadeira unidade lhe será aparente. O artigo da *Gallery* será agora um grande sucesso. E também a visita do Monroe, como não teria sido antes. Despeço-me com um afetuoso boa noite. (“Igualmente. Obrigado.”)

E os meus parabéns por terem ultrapassado um período difícil.

(“Sim.” Não que considere que já tenhamos ultrapassado o período difícil, de forma alguma.)

(Os transe da Jane tinham sido profundos toda a noite. Seth não chegou à carta para os correspondentes. Robert Monroe é o autor de Journeys Out of the Body, Doubleday, 1971.)

É importante que se sintam livres para se moverem em todas as áreas, e vejam a ligação entre todos os tipos de mobilidade, e enfrentem as considerações práticas de Ruburt sobre recusar um contrato enquanto pensam em comprar uma casa — e é isso por esta noite.

(“Boa noite.”)

A Jane bocejava, vez após vez. Recebia mais dados enquanto bocejava:) Ruburt esteve totalmente consciente o tempo todo das razões por detrás dos sintomas. Simplesmente não estava pronto para os enfrentar. Isto torna o meu livro extremamente válido.

(“Está bem, está bem...” disse a Jane a Seth novamente, depois de recitar esta passagem para mim.)

(Conversámos sobre Bill Macdonnel, que apareceu no fim da tarde para se despedir antes de partir para a Califórnia. A Jane disse que tinha muito material disponível sobre o Bill também, mas não o daria. Depois retomámos.)

Agora. Tu não te sentiste livre para fazer a tua própria coisa até que Ruburt se sentisse livre para fazer a dele, porque sentias que ele estava a ajudar tanto financeiramente. Isto a um nível. Estavas então altamente impaciente. Ao mesmo tempo sabias que, em jovem, fizeste trabalhos comerciais por dinheiro de forma bastante feliz. Satisfaziam necessidades definidas.

Em qualquer nível do teu desenvolvimento artístico até agora poderias ter lucrado com alguma aplicação, e sentiste que terias sido traído pelo dinheiro e aclamação num certo nível de desenvolvimento.

Sentias que seria uma tal (*sublinhado*) tentação que poderias ceder. Mas sempre percebeste que o teu caminho correto exigia compreensões mais profundas, e resististe.

A motivação do dinheiro ajudou Ruburt noutras áreas, e levou-o a uma maior compreensão, embora ele sempre soubesse que teria de ser dispensada. Estás a seguir-me?

(“Penso que sim...”)

Há, então, propósitos entrelaçados que foram cumpridos. Há outro material que te darei mais tarde, que está aqui envolvido, e propósitos na tua arte que estás apenas a começar a compreender e com isso despeço-me com um boa noite.

(“Obrigado. Boa noite.”)

Que a minha liberdade seja a tua. É tua e de Ruburt...

(22h35. Novamente o transe da Jane tinha sido profundo. Estava muito relaxada. “Tudo o que quero saber é,” disse ela, “como vou daqui [a sala] para lá?” Referindo-se ao quarto do outro lado do corredor.

(É segunda-feira, 15 de janeiro, enquanto termino de datilografar esta sessão. No dia em que teve lugar, 10 de janeiro, Seth disse que não haveria mais grandes problemas para a Jane através dos sintomas dentários. Isso não se confirmou. Os sintomas dentários têm persistido, talvez não tão severamente; assustam bastante a Jane. Através do pêndulo, sugestão, a escrita dela, etc., aprendemos muito sobre as suas causas. Eliminar os sintomas, contudo, é como tentar apanhar mercúrio nesta altura. A última novidade é que os dentes refletem a sua preocupação com dinheiro, alimentação, e o meu próprio sucesso como artista...)

SESSÃO 632 (PARTE ELIMINADA)

15 DE JANEIRO DE 1973

(Este material é da 632.ª sessão de 15 de janeiro de 1973. (22h45.)

Ora bem, o Ruburt nunca aprendeu a lidar com pensamentos agressivos normais. Não houve o dar e receber normal (*sublinhado*) numa família com irmãos, onde iguais — crianças — podiam, mais ou menos, exprimir-se em segurança entre si. Os sentimentos de Ruburt eram em grande medida dirigidos contra o progenitor. Não foi encorajado, mas desencorajado a exprimir raiva normal. Tinha medo da cólera da mãe. Conheces essas condições.

Sentimentos de zanga normais são métodos naturais de comunicação, formas de estabilizar situações. Servem para prevenir agressão forte (*sublinhado*) ou violência, tanto nos animais como nos homens. Associado ao hábito de conscientemente (*sublinhado*) reprimir sentimentos de zanga

normais, temos a lealdade de Ruburt para contigo. Os sentimentos mencionados na mesa (*superior*) foram conscientes por vezes, mas ele recusou-se a reconhecê-los.

(Tinham a ver com a minha pintura, a minha falta de contribuições financeiras este ano, etc. Jane chorou enquanto me falava deles e enquanto usávamos o pêndulo.)

(Também têm a ver com os seus sintomas de “seat and jew” e four of anting only we’ve learned)

Quando começaram, a tua atitude não o encorajou a exprimi-los.

(“Queres dizer esta noite?”)

No passado. Falo agora de formas habituais de lidar com pensamentos zangados. Quando vocês eram todos... começaram, mas os feds pareciam menos capazes de os reconhecer como seus. O enquadramento foi em grande parte dado das vezes.

As características Nebene, agora usadas criativamente, então, infelizmente, jogavam contra a expressão fácil por parte de Ruburt de tais sentimentos, e ele associou algumas das características Nebene ao desdém da mãe. Ele não está tão preocupado por não teres alcançado um grande sucesso financeiro com a tua arte. Ele envergonha-se dos seguintes sentimentos:

Ele sente que tu não tentaste fazer um sucesso da tua arte. Mas usaste desculpas enquanto o culpas por usar desculpas; que ele está desesperadamente a tentar vender todos os seus livros, enquanto tu não mexes um dedo para vender as tuas pinturas; que, se ele tivesse esperado até fazer o seu melhor trabalho, nunca teria vendido nada.

Ele sente que não estás satisfeito com o teu trabalho e, por isso, não o venderás no mercado, enquanto ele tem de vender o seu trabalho no mercado. Há vários níveis de sentimento aqui. Num nível, ele não se importaria, se apenas tu estivesse realmente (*sublinhado*) a pintar o que queres, e satisfeito com isso — mas tu não pareces satisfeito.

(Algumas notas: Sempre senti que a minha vida inicial, sendo tão diferente da de Jane, teve muito a ver com a minha abordagem à pintura, uma vez que entrei nela quando tinha cerca de 34 anos. Não cresci com a idade de formação e o impulso artístico que ela desenvolveu relativamente à escrita desde cedo. Fiz trabalho comercial durante muitos anos. Sempre tomei essas diferenças como garantidas, e evidentemente assumi demais quando pensei que ela as compreendia.)

(Além disso, o meu impulso para fazer o meu melhor trabalho surge numa idade em que sinto que devo estar a fazer o meu melhor trabalho. Quando comecei a pintar, fiquei horrorizado com a minha ignorância. Passei anos a tentar aprender. O impulso de aprender, a perseverança, pode ser uma das características Nebene (e, como um ad Idgh, a característica Nebene não existia.) Mas, independentemente disso, não

pensei que o meu desejo de me destacar no campo escolhido fosse necessariamente mau. Estava disposto a gastar o tempo necessário para dominar a pintura. Cada uma tem sido uma prova. O último ano tem sido, no que toca à aprendizagem, e estou no ponto em que espero que comece a dar ricos dividendos. Também parece que este ponto coincide com um tempo de provação para mim e para a Jane, como atestam estas sessões eliminadas.)

(Há algum tempo que penso que a Jane precisava de vender os seus escritos como forma de justificar a sua vida — se esses escritos eram o seu melhor trabalho era, nesse sentido, irrelevante; ela não podia esperar que a sua escrita fosse uma arte polida antes de começar a comercializá-la. Por isso, não acredito que as comparações entre ela vender o seu trabalho e eu vender o meu signifiquem muito. Tenho também uma atitude bastante pessoal, seja ela boa ou não: não me importo muito com o que outros pensam da minha pintura. Curiosamente, tenho a certeza de que o meu trabalho acabará por ser muito bem-sucedido, tanto como arte como no mercado. Assim, posso dizer com segurança que, à minha maneira, estou a esforçar-me bastante para fazer um “sucesso” do meu trabalho. No entanto, os nossos métodos diferem marcadamente.)

(Acredito que não me esforcei o suficiente para informar a Jane de sentimentos e objetivos meus que pareço ter tomado como garantidos. Só posso dizer que pensei que ela os conhecia, ou muitos deles. Não são assim tão misteriosos. Espero viver nesta realidade tempo suficiente para aproveitar alguns anos do que penso ter aprendido.)

(Portanto, farei um esforço maior tanto para fazer a minha arte como para a tornar disponível a outros e para obter dinheiro com ela, para alargar as suas necessidades comunicativas — isto estou perfeitamente disposto a fazer assim que compreendo a sua necessidade. Não pareço ser do tipo que se põe a deitar telas cá para fora para as vender e deixa-las por isso. Quero que sejam transcendentais. Talvez erroneamente, não pensei que pudesse começar por elas já o serem, mas sentia-me seguro de que esse estado seria alcançado.)

Ele sente-se extremamente desleal ao enfrentar qualquer um destes pensamentos, principalmente porque não quer magoar alguém que ama tão profundamente — a única pessoa, de facto, que ele ama no mundo. Vamos tirar uma boa parte disto cá para fora, mas vocês os dois têm de o enfrentar a nível emocional, e evitam-no, ambos. Estas não são coisas inconscientes e ocultas. Ruburt depara-se com o facto de ter medo de comer. Ele sente vergonha porque, a um nível, inveja a comida que comes, por isso não comerá para se castigar.

Estamos a trazer algumas crenças para a luz do dia, as tuas bem como as de Ruburt. Identificaste-te em muitos aspetos com o teu pai, embora muitas vezes te sentisses forçado a tomar o partido da tua mãe. Foste, e até

certo ponto és, ressentido com as mulheres, e não terias casado com uma mulher que te desse filhos.

Não querias ser posto de lado como a tua mãe pôs o teu pai. Não querias ser forçado a trabalhar como ele trabalhou, desperdiçando a sua criatividade, por isso escolheste uma esposa que não faria tais exigências — para além de outras razões. Estamos a apanhar um nível aqui.

No mesmo nível: Com o passado de Ruburt, ele sentia que nenhum homem o sustentaria, mas queria ser sustentado. Isso provaria que estava a ser acarinhado. O trabalho a tempo parcial da tua parte foi, claro, um compromisso, mas, amando-te, ele sentia que era à custa da tua produção e propósitos criativos.

(Um pensamento: Agora percebo que a Jane pôs a mesma interpretação no seu próprio trabalho — ou seja, o trabalho psíquico. Levei anos a aprender que ela considerava o seu trabalho no campo psíquico e o tempo e energia envolvidos como algo à margem do seu objetivo criativo principal, que é escrever literatura “corrente” que seja também arte.)

Não há dúvida de que ele começou a sentir que cada um dos seus atos criativos tinha de dar retorno financeiro. Melhor isso do que ter-te preso a esse trabalho na Artistic por mais tempo. Isto colocou-te diretamente no sítio. Ele queria que fizesses a tua cena, ao mesmo tempo que a pressão financeira crescia. Ainda assim, foi bom que deixasses o emprego quando o fizeste.

(Disse à Jane depois desta sessão que tencionava deixar o emprego dentro de um ano ou assim — por outras palavras, por esta altura, em vez de quando o deixei. Pensei que, por agora, teríamos uma boa reserva financeira acumulada e liberdade de ação. No ano passado, claro, não fazia ideia de que ela estava tão insatisfeita com a imagem psíquica e os livros: assumi alegremente que ela sentia que estava a fazer um bom trabalho e que o aceitava, o que não significa que eu tivesse quaisquer pensamentos de alguma vez dizer que ela não devia fazer qualquer outro tipo de escrita. Não fazia ideia da amargura ou da profundidade da sua resistência a, ou sentimento contra, ser desviada, como ela vê, dos seus objetivos principais na vida.)

Ele decidiu então, com a tua ajuda, abandonar *Adventures*, como era necessário na altura. A questão financeira foi então levada ao limite também pelas tuas ideias de mudança. Eu sabia, claro, que seria esse o caso.

Agora dá-nos um momento e descansa a mão.

(23h14–23h15.)

À sua maneira, o teu pai estava a dizer: “Já que não confias na minha criatividade, vou negar-te os seus benefícios, mesmo que negue a mim próprio os seus benefícios” — isto para a tua mãe; e tu interiorizaste um

tabu: podias ganhar dinheiro com arte desde que sentisses que não era realmente (sublinhado) criativa — isto é, comercial. Mas guardarias o bom trabalho para ti e não o venderias. Por isso, Ruburt não aceitava nenhuma das tuas respostas.

Não estarias a deixar de vender as tuas pinturas para fazer pirraça a ele ou a ti mesmo ou à tua mãe? Se não querias fazer retratos, por que aceitar encomendas? Diz não. Dá-nos um momento. *(Pausa.)* A sua zanga não expressa cresceu. Ele está satisfeito com o meu...

Ele esteve sempre profundamente grato pela tua parte em *Seth Speaks* e nas sessões. A vossa posterior e melhor comunicação e empatia pioraram as coisas, pois os seus sentimentos não expressos pareciam então completamente injustificados, e o seu medo de te magoar tornou-se mais forte.

(Acho a frase acima bastante irónica.)

Quanto mais falavas do aumento dos preços dos alimentos, piores se tornavam os sentimentos acerca de comer (e os sintomas nos dentes e maxilar). Até as nossas sessões seriam contratadas com antecedência. Ora isto é ótimo para mim. Não faz diferença, e não fará para o Ruburt quando estas ligações estiverem claras.

Ele também tinha receio de que perdesse o autorrespeito por ti próprio e isso ele não podia suportar. Agora podem fazer uma pausa ou terminar a sessão.

(23h26. Pedi ao Seth uma pausa, mas isto acabou por ser o fim da sessão. Estávamos ambos perturbados, claro. Disse à Jane que andava a mudar de ideias e que talvez ela não devesse contratar o livro mais recente do Seth com antecedência, afinal. Comecei a recear que um contrato reforçasse a ênfase no trabalho psíquico de que ela quer libertar-se. Disse-lhe que acompanharia o que ela decidisse quanto ao contrato, mas expus os meus pensamentos sobre isso.)

(Disse que estava disposto a enfrentar o que se desenvolvesse por causa desta ação — que, se tivesse de arranjar um emprego em regime de tempo parcial, tudo bem. Afinal, temos dinheiro; também é devido dinheiro do espólio do pai dela, direitos de autor; Rich Bed eventualmente, e a venda dos direitos de edição de bolso pela Prentice-Hall; a aula de ESP também ajuda — a Jane disse que gosta da aula. Não vejo os sintomas dela a diminuírem, por isso sinto que é preciso agir.)

(Ideias de autorrespeito, ou a sua falta, nunca significaram nada para mim... Estou livre de tais fardos. Quando deixei o meu emprego, pensei que isso agradaria à Jane, e claro que fiquei contente por o ver ir, embora eu próprio pudesse ter esperado mais tempo. Devo admitir que não entendo porque é que cada coisa que fazemos parece piorar as coisas. O que resta nas nossas vidas para aprender, para desvendar? O que fazem as outras pessoas? Tenho pena delas. Suponho.)

SESSÃO 637 (TRECHO APAGADO)
31 DE JANEIRO DE 1973 21H05 QUARTA-FEIRA

(Este material é do início da 637.ª sessão. Perguntei se Seth poderia comentar o facto de F. Fell ter cancelado, ou adiado, a publicação da edição de bolso do ESP Power da Jane. Soube-mo-lo através de várias pessoas que escreveram à Jane — tinham escrito à editora. Na sessão eliminada de 2 de outubro de 1972, Seth disse-nos que “a edição de bolso iria correr bem, contudo”. Isto foi antes de acontecer o adiamento. Pensei que as nossas próprias atitudes pudessem tê-lo causado. Claro que não tivemos notícias de F. Fell.

(Perguntei também se Seth comentaria o adiamento, este mês, pela revista Gallery, da sua entrevista com a Jane, marcada para 23 de janeiro, uma noite de aula. A Jane recebeu um telegrama de Richard Kearns alguns dias antes do dia 23. Ele prometeu uma carta de explicação que, até ao momento desta sessão, ainda não chegou. Mesmo que a Jane tenha recebido um segundo telegrama há alguns dias, novamente a prometer a carta. (Como se desenvolveu, Seth deu uma explicação parcial sobre o caso Fell, e o material da Gallery não foi mencionado.)

Boa noite.

(“Boa noite, Seth.”)

Há várias questões envolvidas com a edição de bolso da Fell. Ruburt fez uma careta depois de eu vos dizer que iria vender bem. Ele acha que o meu livro — este (sobre a Realidade Pessoal) — deveria ser lido antes de as pessoas começarem a brincar com o tabuleiro e afins.

(O tabuleiro Ouija.)

Ele suspeita que outros tenham algumas dificuldades, que não se compreendem suficientemente, e que aumentam os seus próprios problemas ao pôr em prática os métodos do seu primeiro livro desse género. Não queria que fosse *(entre aspas)* “inundar o mercado”, usado por pessoas que seguiriam as técnicas e depois escreveriam a pedir ajuda.

Existe uma compaixão, jovial mas compreensiva, que consigo sentir por tais atividades, mas que é mais difícil para ti experienciá-las, mas que em muitos casos — o drama dos deuses ou demónios que parecem (sublinhado) falar através do tabuleiro, o sentido de importância sentido pelos participantes, a atividade emocional intensificada — tudo isto proporciona muitas vezes ricos elementos de experiência, de outra forma ausentes numa existência quotidiana mundana.

Um enquadramento é pois, igualmente auto-fornecido no qual questões mais profundas de personalidade, vida e ser são trabalhadas ao nível específico da experiência do indivíduo. Essas pessoas estão, de facto, muito melhor do que aquelas que não têm enquadramentos nos quais

possam ver e experienciar a sua própria experiência maior em quaisquer termos. Mesmo as “distorções” são elementos necessários ao seu crescimento. As distorções, de muitas formas, são simplesmente verdades a aparecer em roupas mal ajustadas. E isso é o fim deste assunto.

(“Obrigado.”)

Agora, dêem-nos um momento para ditado.

(Pausa às 21h20.

(Seth não discutiu o caso da Gallery depois do trabalho sobre o livro.

(A meio de fevereiro, Richard Kearns telefonou finalmente à Jane, para lhe dizer que tinha sido despedido da Gallery. Ele tem o conto dela e um capítulo de Seven — prometeu devolvê-los, mas até 21 de fevereiro ainda não o tinha feito....)

SESSÃO 639 (PARTE APAGADA)

12 DE FEVEREIRO DE 1973 – 23H47

Digam a Ruburt para não perder tempo a chorar pelos seus erros. Lembrem-no das maneiras como usou bem o seu corpo, e ajudem-no a mudar as suas crenças acerca dele. Qualquer ganho físico, como o badminton, qualquer realização física, deve ser sublinhado, e o movimento que ele tem deve ser encorajado.

A sua interpretação da existência de Rooney em *Dialogues* foi excelente. Algumas ideias que tem de William James (*Varieties of Religious Experience*), as realizações aparentemente desconexas sobre o seu corpo, sonhos e diálogos, irão no conjunto ajudá-lo.

(“Disseste que nos contarias sobre o Rooney quando pedíssemos isso.” Rooney morreu a 5 de fevereiro de 1973.)

Dêem-nos um momento. O gato teria morrido nesse inverno (há quatro anos). Nos vossos termos foi uma morte provável. Numa parte da sua realidade, ele morreu nesse inverno. Na vossa realidade mantiveram-no vivo. Tinha estado fechado naquela casa ali, e ficou selvagem e aterrorizado.

Ruburt identificou-se com ele, por estar fechado e a fugir assustado. Teve medo do gato, considerando-o originalmente selvagem e enjaulado, como a sua mãe fora na sua interpretação, por isso sentiu-se forçado a ajudar o gato (*que não tinha nenhum amor por ele*), assim como antes sentira que tinha de ajudar a mãe — que o mataria se tivesse a oportunidade.

O gato estava consciente, nos seus termos, disso. Tornou-se gordo como a mãe de Ruburt, mas já não ameaçador. Foi castrado. Se a mãe de Ruburt tivesse sido “fixada” Ruburt teria tido uma mãe diferente e um passado diferente, admitindo que tivesse sobrevivido.

O gato era macho, chamado originalmente Katherine, no entanto identificado como fêmea. Envolvia-se em sarilhos como o pai de Ruburt nos bares. O gato sabia das identificações. Estava, no entanto, disposto a trocar essas por vários anos adicionais de vida física, nos quais também aprendeu pela primeira vez a relacionar-se com a delicadeza; até a conviver com outro gato, e Willy, à sua maneira, serviu de mentor.

A mãe de Ruburt odiava gatos, particularmente os pretos. Ele, Rooney, e Ruburt passavam sintomas de um para o outro. Mas ele, o gato, não era um recetor passivo, e até aprendeu com os encontros com Jack Wall. Muitos dos sentimentos de Ruburt acerca da mãe, contudo, estão enterrados na sepultura de Rooney. (*Muito importante.*) Rooney, no entanto, está livre de uma desconfiança que carregava consigo, relacionada com o seu passado nessa casa, desta vez, do outro lado da rua, e estava grato por aqueles anos adicionais que lhe deram.

Ele foi também, contudo, simbólico do mal para Ruburt, e até certo ponto foi assim conquistado simplesmente através do decurso natural dos acontecimentos. Com a morte da mãe de Ruburt, o propósito de Rooney estava concluído no que dizia respeito a Ruburt; e Rooney prestou um serviço final, pois através da sua morte Ruburt enfrentou a natureza da dor e da animalidade que a vida da mãe tanto o tinha assustado.

Um pequeno pós-escrito. Ruburt deve ver a sua existência como surgindo do ciclo natural da realidade da sua mãe e da sua própria — duas coisas diferentes mas ligadas. Ele não causou a doença da mãe pelo seu nascimento. As atitudes dela em relação ao nascimento de Ruburt pertenciam-lhe, e essas atitudes foram muito mais importantes do que o nascimento de Ruburt.

A mãe escolheu uma realidade que parece incrivelmente trágica e dolorosa vista de fora. Em certos termos foi trágica e dolorosa, mas não foi culpa de Ruburt, e dentro dela a mãe alcançou um tipo diferente de conhecimento e até uma experiência triunfante.

Ela também ajudou a fornecer um pano de fundo que Ruburt queria e escolheu. A tia de Ruburt olhava de fora, e a consciência da mãe de Ruburt deixou o corpo como a de Rooney. Não há dor insuportável. A consciência sai primeiro, embora o mecanismo do corpo reaja, mas sem a identidade “eu” da qual vem o (entre aspas) “horror”. Estás a entender-me?

(*“Estou.”*)

(*A mãe de Ruburt foi virada em diferentes direções, e a sua realidade existiu completamente à parte de qualquer filha. O fim.*)

(*“Muito obrigado, Seth.”*)

SESSÃO 640 (PARTE APAGADA)
14 DE FEVEREIRO DE 1973 – 23H46

Bem: uma breve nota. Ruburt está a trabalhar bem com as suas crenças, e a vê-las refletidas em todas as partes da sua vida como mencionado, *Dialogues*, alguns outros pensamentos que apenas começavam a ser expressos nas cartas do Tim (*Footnote*) e no seu trabalho, estão a funcionar em conjunto num enquadramento terapêutico.

Agora sabes que parte do seu profundo amor por ti se reflete nestas sessões. As respostas dadas simbolicamente são para os teus pais assim como para os dele, e para todos os que precisam de ajuda. As sessões, entre outras coisas, sempre representaram o vosso amor e confiança combinados um no outro, e foram geradas pela vossa experiência como criaturas, e pelo vosso desejo de procurar respostas pessoais; mas mais basicamente por respostas pedidas por toda a vossa raça.

Despeço-me com um afetuoso boa noite.

(“Obrigado.” 23h50.)

SESSÃO 644 (PARTE APAGADA)
28 DE FEVEREIRO DE 1973 – 23H27

Isto não é ditado. Ruburt deve continuar a expressar os seus sentimentos agressivos — a dar pontapés assim como com as almofadas e no badminton. Mas isto está a levá-lo às crenças por detrás da agressividade reprimida carregada, o que é muito importante.

Sim, fá-lo ler-te novamente o que escreveu hoje, e discutam-no.

Ele pode agora usar essa energia em movimento físico normal. Só tem de perceber que pode, por isso ajuda a encorajá-lo a ir agressivamente para fora. Haverá agora uma síntese de atividade de sonho e de vigília, e uma maior libertação física, mas também tem de trabalhar as suas crenças sobre *Rich Bed* e o material começado hoje. Podes ajudá-lo, mas ele tem de fazer o trabalho. Ele tem de sentir-se livre para se libertar dos conceitos limitadores, mas tem de ver, o eu que é agora, que certas ideias que considerava importantes e básicas acumularam limitações à sua volta. Tem de trabalhar os sentimentos e as crenças, e hoje foi um avanço importante.

Esse é o fim da nossa sessão. E parabéns pelo teu retrato (para a Pat Bailey) que é também um avanço. As minhas mais calorosas saudações a ambos, e despeço-me com um afetuoso boa noite.

(“Obrigado, Seth. Boa noite.” 23h34.)

SESSÃO 647 (PARTE APAGADA)

12 DE MARÇO DE 1973

Este material é eliminado da 647.^a sessão de 12 de março de 1973.

Algumas notas, não ditado. Um comentário para ambos. A vossa liberdade, ou a falta dela, existe dentro de vós. Nas vossas situações e comparadas com as de outros dificilmente podem queixar-se de uma falta, no que diz respeito a impedimentos exteriores. Portanto, os impedimentos ou a sensação de falta de liberdade vêm de dentro.

As tarefas que ambos consideram como tarefas não são nada comparadas com as tarefas de outros. Apenas porque as consideram como tarefas é que são incômodas. O vosso tempo é vosso. Escolhem usar a liberdade do vosso tempo de certas maneiras, e estão sempre livres para escolher. Têm a liberdade de acrescentar variedades aos vossos horários, de alterar parte do tempo em que trabalham, mas não aproveitam essa liberdade.

Pensar na ideia de liberdade tornar-vos-á mais conscientes da liberdade. Não têm de esperar, por exemplo, até este livro estar terminado. Mesmo pequenas mudanças nas vossas formas habituais de fazer as coisas iniciarão outras sensações de liberdade, e deixar-vos-ão ver que muitas das vossas ações cronometradas e tidas por garantidas são altamente ritualizadas.

Há agora muitas variações possíveis com as vossas atuais “cargas de trabalho” que não vos são visíveis porque não estão habituados a procurá-las. Sugiro que os dois façam precisamente isso. Tais vantagens não existem para grandes grupos de pessoas. Impõem-se limitações maiores de que não necessitam.

Como o vosso trabalho vos envolve tanto com a pintura como com a escrita dentro de casa, qualquer outra variedade que possam acrescentar pode ajudar a compensar as variedades possíveis para outros que têm uma mudança diária de ambiente como uma coisa natural. Espero que ponham algum deste material em prática. Leiam o que vos disse. O que disseste a Ruburt antes, claro que se aplica, mas existem agora liberdades das quais não estão conscientes, por isso não se concentrem nas limitações, e ao mesmo tempo tentem livrar-se delas concentrando-se nas liberdades imediatas possíveis.

Por outras palavras, comecem agora.

SESSÃO 648 (PARTE APAGADA)

14 DE MARÇO DE 1973

*(Este material é da 648.ª sessão de 14 de março de 1973.
00h02.)*

Uma nota pessoal antes de terminarmos. Fortes elementos criativos e geradores de saúde estão a vir à superfície. Ruburt esteve à beira de perceber a sua liberdade esta noite em muitas áreas além da física, e o forte processo terapêutico está em funcionamento.

A Peggy (*Gallagher*) ficou tão surpreendida com as ideias de Ruburt acerca das fotografias que Ruburt viu claramente, embora brevemente, a projeção envolvida da parte dele, mas também da tua. As terapias iniciadas continuam agora de forma mais concentrada, e quero que ambos notem as melhorias, que as tomem como garantidas, e digam literalmente, como Ruburt disse: “Que se lixe, está a acontecer.”

Há algumas coisas que irão acontecer, das quais não vos falo nestes moldes, mas ambos devem tomar como garantido que as liberdades existem agora para serem expressas.

(Fim. As fotografias referidas são as que nos foram enviadas há uns dias pelo John Eulenberg, do Michigan. Ele visitou-nos há algumas semanas, em ligação com Seth e linguística, etc., e fotografou-nos a cores.)

SESSÃO 653 (PARTE APAGADA)

4 de abril de 1973

*(O material que se segue é da sessão nº 653 de 4 de abril de 1973.)
(00:20.)*

Algumas observações — muito simples e diretas: examinem as vossas crenças, em conjunto e individualmente. Ambos acreditam que o Ruburt está doente fisicamente de uma forma particular. Seguiu-se uma série de crenças subsidiárias, às quais ambos aderem, com todo o empenho e de forma concreta. Têm de alterar essas crenças. Enquanto as mantiverem, elas serão fielmente reproduzidas e justificadas objetivamente.

O Ruburt não navegará corretamente enquanto cada um de vocês acreditar que ele não consegue. Enquanto permanecerem a “amolgar” a condição física, não estarão a trabalhar na alteração das crenças. Independentemente das suas razões, as crenças podem ser alteradas.

Alterar as crenças muda automaticamente as razões. Elas existem simultaneamente. Estão ambos a reforçá-las agora. Por mais ingénuo que pareça, cada um de vocês deve imaginar o Ruburt capaz de navegar, e dar por garantido que o resto, fisicamente, se seguirá — sem tentar forçar a questão.

É a única maneira. Não há outra. Estas regras funcionam para vocês tal como para toda a gente. Em particular neste assunto, funcionam consistentemente “de fora para dentro” e ficam submersos, hipnotizados pela situação exterior. É tudo o que tenho a dizer.

É tudo o que preciso de dizer, se, por uma vez, cada um de vocês compreender claramente. Ámen e boa noite.

(O Seth voltou então para dizer algo sobre um verão [de que ano?] em que as nossas táticas resultaram na melhoria da Jane.)

Quando seguiram esse procedimento, os resultados apareceram.

(“Quando?”

(Sem resposta.)

Mas vocês voltaram a cair de cada vez.

(00:30.)

Dado que estás a falar ao Ruburt “de fora”, e a dizer-lhe o que fazer, quando tu própria não estás pessoalmente sobrecarregada da mesma forma que ele está, quantas vezes é que já o tranquilizaste de que ele podia, de facto, andar corretamente, levantar-se com facilidade, ou reforçaste alegremente a sua confiança?

A tua ideia de o ajudar tem sido lembrá-lo do desespero da sua condição, incutir-lhe a sua dependência e a gravidade da situação. Agora: se isto é tudo o que consegues fazer “de fora”, quão difícil achas que é para ele encorajar-se “de dentro”?

Num determinado verão, cada um de vocês fez um esforço conjunto do tipo de encorajamento de que estou a falar, e obtiveram resultados concretos. Durante pouco tempo acreditaram naquilo que eu vos tenho tentado dizer e, depois, abandonaram a experiência.

E agora, despeço-me com uma afetuosa boa noite.

(“Boa noite, Seth. Obrigado.”)

Permitiam-se entusiasmar-se com a esperança e com novas crenças. Permitiam-se sentir entusiasmo e expectativa, e inflamáveis um ao outro. É isso que devem fazer agora.

(00:38.)

SESSÃO 654 (PARTE APAGADA)

9 de abril de 1973

(Este material é da sessão nº 654 de 9 de abril de 1973.)

(00:05.)

Algumas observações para ambos.

O material que o Ruburt pensou ser meu, era. Dar-lhe-ei mais do mesmo modo para vos manter a ambos no caminho certo.

O teu brilhantismo (?) no teu trabalho, e o do Ruburt no dele, resulta em parte do facto de terem ignorado a realidade mental — a realidade psíquica e espiritual — que viam por todo o lado. Estás a seguir-me?

(“Sim. Acho que sim.” Embora agora já não esteja tão certo ...)

Sejam, então, suficientemente corajosos para ignorar parte da realidade física que veem, tal como foram suficientemente corajosos para ignorar as realidades psíquicas e espirituais, e criem a vossa própria. Agora. Continuem por todos os meios a vossa relação sexual. Se conseguirem, de forma lúdica, brinquem juntos a imaginar-te a ti e ao Ruburt a perseguirem-se escadas acima e abaixo, ou a dançarem lindamente, ou o que quer que vos venha à cabeça, contanto que não seja “a sério” e que não esperem resultados instantâneos.

(“Sim.”)

Continuem como estão com os apontamentos de manhã, e eu acrescentarei os meus “dois tostões”, como prometido. As últimas notas que vos dei são extremamente importantes, mas ele não deve ficar excessivamente preocupado com resultados; deve saber que as novas crenças trarão resultados, como as antigas trouxeram — e tão belos quanto. O teu encorajamento é imensamente importante. Despeço-me com outra afetuosa boa noite.

(“Muito obrigado, Seth. Igualmente. Boa noite.”)

(00:15.)

SESSÃO 656 (PARTE APAGADA)

16 de abril de 1973

(Este material é da sessão nº 656 de 16 de abril de 1973.)

(23:37.)

Agora: isso é o fim do ditado do (livro), e dá-me um momento. Tenho algumas observações para ti. As minhas palavras para o Ruburt estão incluídas na sessão.

(O ponto de poder, etc.)

Algumas para ti também: livra-te de todas as crenças de que não compreendeste plenamente ou não usaste as tuas capacidades de pintura “na juventude”. Esquece pensamentos como “Demorei tanto a aprender.” “Porque é que não podia, quando era jovem, saber das minhas capacidades e de como melhor as usar?” Pensa em ti como um homem jovem a usá-las, e libertar-te-ás automaticamente de muitos conceitos limitadores no teu trabalho.

Tais ideias, na prática, negam-te o uso da energia criativa e da vitalidade que achas que tinhas então — que achas que agora não tens — a energia livre e desenfreada e a exuberância que equiparaste à juventude. Ao equipará-las à juventude na tua mente, negas-tas a ti no presente e, portanto, negas a ti próprio energia que está (*sublinhado três vezes*) disponível para ser usada.

Isto também te impede, de formas subterrâneas, de utilizar certas ideias e conceitos. Terei mais a dizer sobre isso noutra altura, e refiro-me em termos do teu trabalho.

Faz com que o Ruburt leia bem esta sessão. As minhas mais cordiais saudações a ambos, e boa noite.

(“Obrigado, Seth.” 23:45.)

SESSÃO 657 (PARTE APAGADA)

18 de abril de 1973

(Este material é da sessão nº 657 de 18 de abril de 1973.)

(23:21.)

Bem, para ambos: este material (*a sessão*) foi dado para que o pudessem usar para esclarecer muitos assuntos e também porque, claro, ajudará outros. O exercício do Ruburt hoje, no entanto, representou exatamente aquilo de que falei e, desse modo, deve ser evitado — o texto que leste esta tarde, que ele escreveu — e, quando cada um de vocês revê o vosso passado conjunto, façam-no procurando as vossas realizações. São muitas. Caso contrário, o passado parecerá cinzas.

A sessão desta noite deve ser lida por ambos e posta em prática. Os cinco minutos por cada um de vocês, mais a ação física como mencionado, e o Ruburt encorajado a agir no presente.

Há material no livro que não tiveram tempo de assimilar, mas a sessão de hoje, seguida em conjunto, será de grande valor.

Agora despeço-me com uma afetuosa boa noite — “bicharada” e tudo. (*“Obrigado, Seth. Boa noite.” 23:27. Mas o Seth voltou às 23:30.*)

Sugestões específicas para o Ruburt.

Fazer os cinco minutos conforme sugerido.

Na medida do possível, sem forçar a questão, fazer um esforço para fazer o que faria se estivesse fisicamente satisfatório. Isto é, escrever em horas normais, sem “paragens” como hoje, a menos que seja atingido por inspiração para o fazer.

De uma maneira ou de outra, uma vez por dia, fazer algo para agir de acordo com as novas crenças. Não precisa, por exemplo, de dar um passeio todos os dias, mas, com fé, realizar algum tipo de atividade física que faria se estivesse fisicamente satisfatório. Levar o café para o quintal, por exemplo. A ideia dele de procurar o movimento é boa. Nenhum dia deve ser passado a concentrar-se em maneiras de se livrar dos sintomas, como hoje.

Como mencionado, sair juntos para locais públicos e começar a agir nesse sentido.

A tua sugestão de atividade fora-do-corpo é boa e desvia energia para um bom objetivo.

Estas sugestões podem substituir eficazmente a *Psycho-Cybernetics*, mas só se forem seguidas.

Boa noite.

(*“Boa noite, Seth.” 23:38.*)

SESSÃO 660 (PARTE APAGADA)

2 de maio de 1973

(Este material é da sessão nº 660 de 2 de maio de 1973.)

(23:57.)

Tenho uma nota pequena mas importante para o Ruburt. Escrever diariamente no seu diário, com as suas anotações de programas presentes, representa sempre uma intenção consciente que serve como uma benéfica sugestão hipnótica natural de realização. Quando não o faz, portanto, isso é um sinal de aquiescência às condições presentes, ou de estar hipnotizado pelos aspetos desagradáveis do momento.

Qualquer programa com que trabalhe nesse período é importante, pois é o seu modo de alterar crenças. Ele compreenderá o que quero dizer. Os seus sucessos positivos estão anotados no seu livro. Os aspetos negativos, geralmente, não estão lá — não porque os tenha omitido: o próprio livro ajuda a trazer as experiências positivas, porque, de novo, representa tentativas conscientes de alterar a experiência. Só por si, então, é uma sugestão positiva. É tudo.

(“Obrigado.”)

As minhas mais cordiais saudações a ambos, e uma afetuosa boa noite.

SESSÃO 664 (PARTE APAGADA)

21 DE MAIO DE 1973

(Este material é da 664.ª sessão de 21 de maio de 1973.)

Boa noite.

(“Boa noite, Seth.”)

Agora: algumas notas úteis, espero, antes do ditado. A informação será também valiosa noutras áreas. Dá-nos um momento.

É o ego, claro, que se concentra tão intensamente na realidade física e nos problemas físicos, assim como nos desafios. Quando Ruburt utiliza outros focos e volta a sua consciência para áreas que não sejam diretamente físicas, quando se desvia vários ângulos, então até certo ponto liberta-se de algumas crenças, mas certamente dos seus efeitos. O modo de orientação simplesmente não é o mesmo.

É verdade que as suas crenças são também responsáveis pelo facto de ele poder experienciar tais alterações para começar. Embora as suas crenças sejam parcialmente responsáveis pela sua surpreendente facilidade, uma vez em vários estados alterados ele está numa espécie de situação “livre”, no que diz respeito à realidade física. Está dentro dela mas não diretamente focado aí.

Como ele sabe, engrena uma mudança fácil. Em certos estágios de consciência, as crenças podem ser mudadas mais facilmente, mas tem de haver, claro, uma inserção a partir do nível egotista normal na maioria dos casos.

Longe de as crenças estarem embutidas no chamado inconsciente, são, relativamente falando, mais plásticas aí. As crenças são mais fortes precisamente no ponto de impacto consciente sobre o ambiente físico. A crença, qualquer crença, é uma formação consciente de ideias que são aceites como verdade física. A energia para as crenças vem de outros níveis, claro. Sem a energia as crenças murchariam.

(Longa pausa.)

Em certos termos, alterações de consciência envolveram-vos em experiências de natureza angular, onde a percepção usa a realidade física como base, mas forma ângulos a partir dela. Em certos termos, pode dizer-se que o mundo físico é percecionado de forma opaca então, enquanto outras percepções se tornam mais claras, mas a atenção normalmente consciente já não é tão dominante, e até as crenças normais entram num retraimento momentâneo.

São reativadas, claro, no próximo impacto habitual da consciência do ego com o ambiente. Ruburt acredita na sua agilidade interior. É apenas com o impacto do corpo e do ambiente, claro, que tem dificuldades. Os estados livres de consciência podem, portanto, ser de ajuda para ele, o carácter livre estando sobretudo em relação à realidade física. A sua intensidade é então traduzida ou transferida para longe do ambiente normal.

O exercício do ponto de poder pode ser utilizado a partir destes outros níveis, onde a mobilidade interior é então vista como “a subir”. Ajudaria se nesses níveis ele imaginasse o corpo como plastoide, sempre em estado de mudança, tão fluido quanto os seus pensamentos, e não tanto uma coisa física. Ele pensa muitas vezes nele como uma coisa a mover, quando é antes uma materialização carnuda e sempre mutável do movimento.

Ele não tem de o mover. Ele pode mover-se muito bem sozinho. Teremos mais, agora ou mais tarde esta noite, mas primeiro ditado — ou querem uma pausa?

(“Sim.”)

(Não foi recebida mais matéria pessoal. Plastoide não está no dicionário. Seth criou-o como adjetivo para plástico.)

SESSÃO 666 (PARTE APAGADA)

28 DE MAIO DE 1973

(O seguinte material é da 666.ª sessão de 28 de maio de 1973. 00h01.)

Digam a Ruburt para reler o livro que começou (Personal Reality). Ele está agora a trabalhar diretamente com crenças. Certifiquem-se de que ele não se concentra nas antigas, embora as reconheça, e encorajem-no na sua capacidade de introduzir as novas. Estás a entender-me?

(“Sim. Faço isso se conseguir.”)

(Mais alto:) Consegues. Os meus mais calorosos votos para ambos, então, e um afetuoso boa noite.

SESSÃO 667 (PARTE APAGADA)

30 DE MAIO DE 1973

(O seguinte material é da 667.ª sessão de 30 de maio de 1973. Antes da sessão perguntei à Jane se o Seth podia comentar a queda reportada nas vendas de Seth Speaks, recentemente referida por Tam Mossman da Prentice-Hall. Eu queria saber se as nossas próprias atitudes tinham alguma coisa a ver com isso.)

Ora bem — em resposta à tua pergunta: claro que ambos estão envolvidos. Queriam tempo para perceber como lidariam com a situação se as vendas continuassem como começaram. As visitas, as cartas, e as implicações gerais.

Havia outras razões, no sentido em que o livro de bolso *Seth Material* é suposto ser lido primeiro, e levar os leitores a *Seth Speaks*. No geral o fenómeno segue leis psíquicas bastante naturais. Quando o livro do ESP for reeditado (*A Jane soube disso pela F. Fell esta semana*), os leitores estarão em grande parte já familiarizados com o meu trabalho, e levarão esse conhecimento extra para esse primeiro livro (*sorriso*), enriquecendo assim o seu potencial para eles.

A situação não é negativa a não ser que estejam a pensar principalmente em termos financeiros, e de uma grande riqueza invulgar. Serão bem providos financeiramente, como vos disse. Nenhum de vós quer ser milionário. Podem esperar segurança financeira para além de qualquer sonho que tiveram ao casar. E no futuro, uma grande liberdade, financeiramente falando.)

Haverá uma fundação de algum tipo, e investimentos, pois isso faz parte da natureza particular de Ruburt, mas isso virá a seu tempo, conforme desejarem. Os livros estão bem estabelecidos, e haverá uma aceleração mesmo com a edição em capa dura de *Seth Fala*, à medida que a edição de bolso for assimilada. Não estão numa viagem à Dick Bach.

Financeiramente, mesmo agora em embrião, as vossas ideias são bem diferentes do que eram. Ruburt sabe quanto poderia ganhar se quisesse, através das aulas; e mesmo escolhendo ter apenas uma por semana, existe aí uma escolha que antes não existia. O mesmo se aplica ao que poderiam fazer na comercialização do material de Seth a partir de manuscritos.

Têm, mesmo agora, uma maior mobilidade financeira. No que diz respeito a crenças, Ruburt está a trabalhar diretamente agora com as corretas, na área certa. Outro material dado por mim foi bastante correto na altura, pois essas crenças eram aplicadas no passado a vários níveis das vossas vidas, e à medida que interagiam. Até perceberem que o ponto de poder estava no presente, eu só podia lidar com essas crenças no contexto da vossa compreensão.

Há um significado no vosso dilema com a dança que nenhum de vós enfrentou, relacionado com a natureza e características de cada um e as formas de olhar para uma situação. Claro que a projeção está envolvida, da parte de ambos, e não portanto apenas da de Ruburt. Ele até certo ponto reconhece as suas projeções, tem consciência delas, e tenta lidar com elas, mas nessa situação em particular tu não reconheces as tuas, embora compreendas até certo ponto as vossas diferentes reações individuais.

Ruburt percebe o desespero por trás do seu próprio súbito impulso para dançar, e o esforço por trás disso. Ele percebe que tu não passas por isso, e tenta fazer ajustamentos em teu favor. Faz isto sobretudo porque sabe que não pode contar com as suas reações. Da próxima vez que saírem pode estar disposto a dançar, e estar relativamente incapaz.

O que nenhum de vós percebeu é a acuidade com que escolhem as situações. Não foram a estabelecimentos onde dançar seja a coisa normal, onde exista uma pista de dança disponível. Concedido que haja outras razões para isso, mesmo assim escolheram começar por uma situação em que dançar não é a norma, onde requer da parte de qualquer pessoa um esforço particular, e uma situação em que se fica em destaque.

Aqui Ruburt tenta forçar uma situação, criar da sua parte um incentivo onde ficará em evidência, e por isso sabe que se sairá bem, tendo escolhido uma moldura “crítica”, dramática. Ora é essa moldura que tu não confias. Ele interpreta isto como significando que tu o queres espontâneo enquanto for aceitável, enquanto se misturar com os outros, enquanto não for longe demais. Ele não está obviamente na melhor condição física, por isso o destaque, para ti, envolve a iluminação de uma fraqueza obviamente aparente.

Se já evitas exhibições públicas dramáticas de emocionalismo mesmo nas melhores circunstâncias, então aqui deparas-te com uma situação em que vês isso ser-te imposto por alguém que amas, e aos teus olhos nas piores circunstâncias. As condições físicas, o chão, o ato de dançar quando os outros não dançam, estas circunstâncias não são do teu agrado. Além

disso, sentes que Ruburt não está no seu melhor, fisicamente falando. A situação então está altamente carregada.

Ruburt sente que, se o amas, farás o esforço, mas tu recuas. Outras coisas estão envolvidas. Ele já tomou várias bebidas antes de chegar a esse ponto de decidir dançar, ou pedir-te para dançar. Projetas nele os atributos de extravagância emocional que temes na tua mãe. Ou seja, o que interpretaste como tal. Simplesmente para ti parecia não ser nem o lugar nem o momento, precisamente porque para Ruburt parecia ser o lugar e o momento. Para ele isso significava que a sua mobilidade emocional podia ser expressa em privado em casa, em condições que ambos consideravam aceitáveis, mas não fisicamente através do corpo. No entanto, ambos escolheram condições que não eram “próprias” nesses termos desde o início, e por isso destacaram a situação para que a pudessem compreender.

É de certo modo mais difícil para Ruburt sem a situação em destaque, mas mais fácil para ti. O destaque serve como um impulso para ele, e como um impedimento até certo ponto para ti. Assim, ele estava a tentar usar o destaque como incentivo à ação precisamente porque duvidava das suas capacidades. Agora: isso chega por esta noite. Os meus mais calorosos cumprimentos para ambos, e um afetuoso boa noite.

(“Boa noite, Seth.”)

SESSÃO 670 (PARTE APAGADA)

13 DE JUNHO DE 1973

(Este material é da 670.ª sessão de 13 de junho de 1973.)

Agora. Por favor não interrompam. Se tiverem perguntas responderei mais tarde esta noite, e se quiserem podem ter uma sessão extra para ditado do livro.

Ruburt sente que tem um dragão pela cauda. Está condenado se o largar e, no entanto, tem medo de puxar com mais força. Podem dizer especificamente que isto tem a ver com o que chamam o vosso trabalho psíquico, mas mesmo antes de “isso” começar ele estava consciente dessa energia sua, preocupado em usá-la, focá-la, encantado com ela e ao mesmo tempo com medo dela.

Mesmo na sua poesia, antes do nosso trabalho, ela levava-o sempre em certos momentos muito para além de “si próprio”. Tentava conter-se porque sentia que a energia era tão forte que, ao permitir liberdade em quase qualquer direção, o traria em conflito com os costumes e modos das outras pessoas.

Ele é literalmente um grande recetor de energia. Atrai-a e por isso tem de a deixar passar através de si, traduzida em experiência exterior. Ele é ele mesmo. Não pode desligar-se, nem desligar as suas capacidades. Só quando

se faz uma diferenciação — basicamente artificial — entre outras capacidades naturais e as psíquicas é que se pensa nas suas atividades psíquicas como um conflito.

Em qualquer nível de atividade em que focasse a sua energia, as suas ações seriam fortes, exageradas em comparação com as de outros. Ele é um grande místico. Naturalmente, ou seja, um grande místico. E isso reflete-se tanto na sua poesia como no nosso trabalho específico. Portanto, essa expressão surgiria também na poesia, com a sua experiência “psicadélica”, independentemente das nossas sessões específicas.

Se tivesse sido, por exemplo, um grande ator, teria encontrado o mesmo tipo de problema sob outra forma.

Um maior reconhecimento poderia ajudar a certo nível, mas não é essa a resposta. O facto de os livros psíquicos, assim chamados, não lhe darem o que ele pensa ser o louvor literário convencional é irritante, mas não é pertinente no essencial.

Ele tem usado de facto os sintomas como travões. Estes travões foram aplicados no que pensam ser a arena psíquica porque essa foi a situação escolhida. Não é a mobilidade física que o preocupa, mas a mobilidade interior. Tem medo de avançar, sentindo não ser seguro, mas ao mesmo tempo está condenado se recuar — e, de facto, percebe que não há recuo possível do próprio conhecimento e experiência.

Tem tido medo de usar as suas capacidades livremente, e por isso criou condições físicas que lhe recordam constantemente o corpo e a vida física objetiva, com receio de ir demasiado além dela. Usa frequentemente o rádio como ruído físico para o trazer de volta e servir de guia em estados alterados de consciência.

Tem usado a estática da discórdia física do mesmo modo. Agora, infelizmente, muitas pessoas criativas fazem o mesmo. A um nível totalmente diferente, uma das vossas velhas favoritas, Peggy Lee, tem graves dificuldades físicas que visam, na verdade, conter a sua energia e forçá-la a seguir apenas certas linhas.

Sempre que Ruburt se abre ao estado de sonho, preocupa-se fisicamente de forma específica com a viagem fora do corpo. Isso foi um desafio, e as suas próprias não o assustavam, mas as dos outros sim. As suas próprias deixavam-no momentaneamente surpreendido, mas isso ele poderia ter gerido.

Não adianta dizer que gostariam que nenhum desenvolvimento psíquico tivesse ocorrido. É como dizer que gostariam que uma árvore fosse uma violeta, ou vice-versa. A experiência é a sua natureza. Essa natureza também exige uma manipulação precisa e, ao mesmo tempo, flexível e livre. Isto é adquirido naturalmente através da experiência, através da experiência de ser ele mesmo. Quando começou a cortar a sua expressão espontânea natural na realidade do sonho, nas viagens fora do

corpo, etc., negou-se a si mesmo a aquisição dessa capacidade até certo ponto.

Então aplicou os travões fisicamente. O fluxo livre da sua experiência passa com bastante facilidade, e incidentalmente, de forma segura e exuberante, entre o que consideram experiência objetiva e subjetiva, e os seus dons criativos transformam depois o conhecimento subjetivo em objetivo em termos de arte.

É, então, novamente, a espontaneidade do seu próprio ser que alternadamente o encanta e o assusta. Disse pouco sobre astrologia, mas ele escolheu nascer sob esse signo de terra (Touro). É um signo que, por razões que vos darei mais tarde, traz o florescimento da capacidade em anos posteriores, e que também fornece, quando há talentos fortes, uma medida de contrapeso conservadora.

Ora, eu disse-vos que cada dia dá as respostas aos vossos problemas, e cada noite. A resposta de Ruburt é, portanto, avançar com a sua própria natureza livremente, de forma prática. Isto não envolve as nossas sessões. Ele não tem medo delas.

Envolve sim a sua própria experiência privada, abrir-se a si mesmo, libertar o fluxo da sua energia. Há várias formas de o fazer. É a sua experiência subjetiva livremente permitida agora que resulta em livros — meus, e de Seven. Ele, no entanto, criou barreiras contra a sua própria mobilidade interior pessoal. É extremamente importante que se torne mais permissivo, particularmente no estado de sonho, e que mude a sua atitude em relação a sonhar, seguindo a experiência e esquecendo como a pode tornar compreensível para outros.

Quando ele permite a experiência, as suas capacidades criativas irão traduzi-la. Ele tem tido medo de se deixar ir e de utilizar plenamente as suas energias, não objetivamente mas subjetivamente.

Não tem nada a temer. As suas maiores realizações residem nessa direção.

Agora façam uma pausa, e terei algumas recomendações específicas.

Estou a dar-vos factos. Não lhes atribuam termos como afortunados ou desafortunados.

Vocês, no entanto, também esperavam que Ruburt aplicasse travões, e durante algum tempo consentiram, tal como ele. Queriam que fosse mantida o que consideravam uma disciplina adequada, e noutras áreas também. Os sintomas serviram propósitos secundários depois, e, com toda a honestidade, para ambos.

(Intensamente:)

Vocês não tinham a certeza se queriam fazer digressões. Os sintomas deram-vos espaço para respirar. Cada um de vocês tinha uma desculpa pronta. Estavam também preocupados com a espontaneidade de Ruburt em questões psíquicas, e durante algum tempo aprovaram bastante os travões

súbitos. Ambos, em diferentes graus, estiveram dispostos a aceitar as desvantagens envolvidas, e ainda em certa medida sentem o mesmo.

São apenas os efeitos que não vos agradam, e nada mais.

É verdade que as ideias de Ruburt predominam, que a sua realidade é dele, mas a vossa faz parte dela, tal como a dele faz parte da vossa. Ele sentiu, portanto, que vocês aprovavam a ideia geral, mesmo que não particularmente os métodos. E, no início, vocês aprovaram esses métodos à vossa maneira.

Não queriam que Ruburt adoecesse, mas queriam que fossem aplicados travões, e ele escolheu o método. Escolheu-o por várias razões, a partir da sua experiência. Tinha visto vocês arrastarem os pés, aplicando travões a uma situação; e, identificando-se convosco e não com a mãe, escolheu os mesmos meios.

Devido ao seu método característico, usou esses meios de forma diferente da vossa.

Não há dúvida, independentemente do que pensem, de que também consentiram, embora achando que Ruburt ia longe demais. Só quando ele vai longe demais é que algum de vocês se perturba.

Uma personalidade menos determinada teria recuado, encolhido e negado as suas próprias capacidades. Ruburt não fez isso, e vocês não teriam consentido nisso, por isso a vossa realidade conjunta e privada não inclui essa possibilidade.

Agora, de forma prática, faço algumas sugestões. Aplicam-se agora, tal como a situação está, tendo em conta a tua natureza e a do Ruburt.

Ele normalmente acorda muitas vezes de madrugada, e não se levanta porque, nos seus termos, o corpo está demasiado dorido, mas sente espontaneamente uma aliança consigo mesmo nessas horas, e sabe intuitivamente que as suas capacidades criativas estão fortes então, e a recordação dos sonhos é boa.

Quero que venha para aqui (*para a sala de estar*), prepare o café ou o que for, fique sozinho consigo mesmo e siga os seus impulsos de escrever ou o que for, e de recordar as suas experiências de sonho. Devem deixá-lo saber que confiam nele e na sua espontaneidade, porque antes, não importando o que dissessem, ele sabia que até certo ponto queriam que travões fossem aplicados.

Um passeio diário é imperativo, e um símbolo, percebem, de caminhar para dentro. Também uma sesta em que a experiência subjetiva seja livremente sugerida.

Os desafios interiores, quando enfrentados, não serão nada. Ele perceberá a sua segurança e capacidade, mas o desafio não pode ser adiado. Antes de dormir deve recordar-se do seu dom natural de mobilidade interior, e encorajar a experiência e recordação dos sonhos. Isto por si só fornece o encontro do interior e do exterior, e a verdadeira mobilidade.

Devem deixá-lo saber que confiam na sua espontaneidade, pois ela é também a vossa, como sabem.

Digam-lhe também que estão presentes. De uma forma estranha, que não será dada esta noite, a vossa própria mobilidade na pintura está envolvida. Não estou a dizer que a sua realidade não seja dele, que não tenha a alegria e a responsabilidade por ela, mas que também partilham uma realidade conjunta.

A vossa confiança aumentará a dele. Façam-no saber, portanto, que confiam nele para avançar espontaneamente, independentemente de onde isso o possa levar, sabendo que será benéfico e criativo. As recomendações que lhe dei devem também ser seguidas apesar, e precisamente por causa, de qualquer resistência física. No início, por exemplo, pode não querer mover-se.

Agora digam-lhe que eu cuidarei dele em todas as suas jornadas de sonho e/ou fora do corpo. A sua produção criativa será vastamente melhorada, particularmente em qualidade. Terei outras recomendações depois de estas serem seguidas durante uma semana.

Agora terminarei a nossa sessão. Se quiserem uma sessão extra de ditado para o livro podem tê-la este fim de semana. Se tiverem perguntas responderei quando quiserem. Agora Seven deu a Ruburt a mesma informação de forma diferente.

(Fiz a Seth uma longa série de perguntas, embora muitas fossem repetitivas. A principal dizia respeito a saber se a natureza mística natural de Jane a tinha ajudado nos momentos de necessidade; estava muito curioso em saber se essa ajuda tinha sido dada. Seth respondeu várias vezes que “a resposta já foi dada na primeira parte da sessão desta noite, por inferência. Essa é a melhor resposta que posso dar neste momento. Sigam as recomendações.” A sessão terminou então às 23h35.

AAmbos, Jane e eu, sentimo-nos consideravelmente melhor. Vou pedir-lhe que acrescente os seus próprios comentários a estas sessões à medida que forem sendo feitas. Dessa forma serão na realidade extensões do material, e um registo dos resultados obtidos.)

SESSÃO APAGADA
8 DE OUTUBRO DE 1973

Agora: boa noite.

(*“Boa noite, Seth.”*)

Vamos começar devagar, como de costume neste tipo de sessão.

De um modo geral, com as condições dadas, o vosso ambiente foi bem escolhido. O prédio de apartamentos forneceu uma estrutura em que Ruburt—

(*A sessão foi interrompida por um telefonema interurbano para Jane, de Cleveland.*)

Agora: a estrutura proporcionou uma moldura externa de interações casuais com pessoas, de modo que, mesmo quando Ruburt se sentia tentado a isolar-se, havia estímulos exteriores presentes. O ambiente também servia outros propósitos. Por não terem filhos, não têm aquela constante e estável inter-relação com outros que vos traria sempre de volta à imediaticidade do momento. Os vizinhos forneceram também esse estímulo.

Enquanto Ruburt estava no enquadramento das crenças que mantinha, o prédio de apartamentos serviu, até certo ponto, como contramedida. Às vezes podia ter reagido negativamente, mas as relações eram importantes. Ele não confiava suficientemente em si próprio para lidar com a vida diária em circunstâncias mais isoladas.

Dêem-nos um momento... As crenças dele sofreram as mudanças mais significativas, na medida em que finalmente acredita que forma a sua realidade e pode mudá-la. Como é a pessoa que transmite a mensagem, teve de aceitar-se a si mesmo antes de poder aceitá-la plenamente.

Quando não o fazia, punha em dúvida a mensagem que passava por ele, e então não conseguia usá-la devidamente. O corpo está no processo de equilibrar os lados direito e esquerdo, e como já foi notado, as melhorias do lado direito estão a ser refletidas no esquerdo. Neste caso, o lado direito é o lado “professor”. Haverá períodos de profundo relaxamento (*como hoje*), e deve-se permitir essas oportunidades para que os ganhos durante esses períodos possam depois ser utilizados em ação.

Todas as articulações estão a ser soltas. As sensações de estranheza ocorrerão apenas em certos estágios. O calor continua, sinal da distribuição de energia e do aumento da circulação. Já ocorreu algum realinhamento, fortalecendo e libertando o lado esquerdo para que ele finalmente conseguisse subir mais facilmente as escadas traseiras, e isto continuará.

O badminton durante 10 minutos diários é altamente importante, permitindo um curto período de libertação da energia normal, movimento e ativação das articulações à medida que se vão soltando. Dez minutos por dia é muito melhor do que 20 de vez em quando. Para já, de facto, 10 minutos por dia são suficientes. Mais tarde acrescentaremos mais 5 minutos.

A caminhada, contudo, também é importante. Não há limite de tempo definido aí. Caminhar tornar-se-á mais fácil, e à medida que isso acontecer poderá andar mais longe. Para já, que continue como tem feito, mas diariamente, caminhando até à esquina quando sentir o impulso.

Dêem-nos um momento... As crenças interiores estão continuamente a reforçar as da liberdade, e o corpo está a responder. É precisamente aqui que se deparam com as crenças corporais. Elas estão, por sua vez, a mudar para melhor. Não quero que ele pense em termos de absolutos. E, ao mesmo tempo, todos os movimentos e ações reforçam as crenças de um corpo saudável e dissolvem as antigas.

Dêem-nos mais um momento. As velhas crenças corporais foram adotadas para servir outros propósitos de crenças sobre o trabalho que agora já estão quase, mas não totalmente, dissolvidos. Dissolveram-se o suficiente para serem irrelevantes.

Com o tempo, as crenças corporais a elas ligadas poderiam dissolver-se por si mesmas, mas o padrão do hábito ainda opera, e alguns desses hábitos podem ser enfrentados muito mais facilmente do que Ruburt imagina.

Voltaremos a isto. Dêem-nos um momento. Ele está apenas agora a começar a confiar no seu corpo, e essas sugestões devem, sem dúvida, ser continuadas como foram dadas. No passado concentrou-se em provas da “falta de fiabilidade” do corpo, e agora está a começar a construir a sua fé na sua fiabilidade. Mais uma vez, sempre que ele estiver com boa aparência, diga-lho, pois o seu apreço sincero pela sua pessoa e corpo terá agora grande valor, já que ele está aberto a esse tipo de reconhecimento. Pode usá-lo de forma mais construtiva do que no passado. Lembre-o, e sei que me repito, que a concentração não deve estar no problema — que, recorde-lhe, diminuiu. Quero abordar outras questões aqui. Faça uma pequena pausa e continuaremos.

Agora, continuemos: Ruburt tem trabalhado com o que chama a ordem interior dos acontecimentos. Diga-lhe que, nessa ordem de acontecimentos, neste momento ele pode andar tão bem que qualquer pessoa teria de olhar duas vezes para perceber que não anda perfeitamente. Essa é a situação na ordem interior dos acontecimentos agora.

Essa ordem interior está a ser materializada fisicamente. O seu ponto é vital — que ele separe a crença de si próprio, e a reconheça como crença: a de que não consegue andar corretamente. Isto por si só mostrará excelentes resultados. As suas pernas e joelhos podem suportar o seu peso. Isto deve ser usado como sugestão de manhã e à noite. É verdade agora. A crença de que as pernas e joelhos não podiam suportar o seu peso é uma crença antiga, e apenas isso: uma crença, não uma afirmação de facto em termos básicos. Até agora, porém, a crença resultou numa condição de experiência — uma falsidade perpetuada sobre o corpo, a que este respondeu. A crença

foi o resultado de percepção e compreensão errôneas, adotada por causa de outras crenças sobre o trabalho que já não se aplicam.

O homem que sofria de epilepsia prestou um serviço a Ruburt, e Ruburt ajudou-o definitivamente; mas foi aí, de forma dramática, que Ruburt viu como as crenças operam, e ao ajudar o indivíduo também viu as melhores formas de ajudar a si próprio e aos outros. O homem tinha os seus rituais tranquilizadores.

Ora: enquanto Ruburt se resignava à sua condição, os seus próprios rituais eram tranquilizadores. Ele acreditava que não devia levantar-se. Os rituais são agora mais óbvios, e em certa medida torna-se mais impaciente. Reconhecer os rituais como rituais será benéfico.

Tudo está a progredir ao seu próprio ritmo, no entanto, e diga a Ruburt para confiar nisso. Os rituais serão abandonados, mas gradualmente, desaparecendo. O eu interior sabe o que está a fazer. Ruburt está a libertar-se. Não há dúvida disso — mas a um ritmo seguro, natural e cada vez mais acelerado, tanto para o corpo como para o desenvolvimento. Não quero dizer que este seja um processo longo e arrastado, mas sim um processo em que saboreia a liberdade gradualmente, não se assusta, mas é constantemente encorajado, e em que não haverá retrocessos, mas compreensões em todos os níveis das relações corpo-mente.

Haverá melhorias repentinas, às vezes espetaculares, em comparação com outras, e estas serão novamente o resultado de outras melhorias menos notórias que ocorrem constantemente.

Dêem-nos um momento... Os sapatos são um dos rituais. Os calos foram causados em parte pela má circulação nos pés. Isso está a ser corrigido. Foram também causados por um mau equilíbrio, de modo que a pressão era constantemente aplicada nos mesmos locais devido à subutilização de certos músculos das pernas, e ao esforço excessivo sobre outros. Isto também está a ser corrigido.

Ruburt acreditava que só podia usar um par de sapatos. Isto era altamente simbólico, significando que só podia andar de uma maneira. Escolheu propositadamente sapatos que não serviam, em consonância com a sua antiga crença de que não devia ser fisicamente ativo. Havia aí também uma desculpa embutida.

À medida que a sua postura mudar, os calos desaparecerão. Agora, concentração excessiva em sapatos não ajuda. No entanto, deve ou andar descalço, ou mudar de sapatos por algum curto período durante cada dia. O levantar-se e sentar-se de cada vez coloca-o em confronto direto com as velhas crenças corporais e ideias de movimento, que costumava reprimir. Terei mais a dizer sobre este assunto em particular na nossa próxima sessão.

Aspects é extremamente importante, pois representa a reorganização das suas ideias, e num enquadramento altamente criativo. Continue o

programa exatamente como o delineeii. Tenho uma adição a fazer. Ele ainda não começou os agachamentos. Quero que os comece. Pode até segurar-se a algo se quiser, mas quero que sinta a sensação de se libertar pelo menos uma vez por dia, numa posição de agachamento. À medida que progredir, três desses movimentos de uma vez serão de grande benefício.

Ele descobrirá que quer levantar-se mais cedo, entusiasmado tanto com a escrita como com a vontade de ter tempo para atividades físicas. Pela primeira vez em bastante tempo, então, aguardará com expectativa o levantar-se.

Agora já não é um incómodo como era antes. Antes ele não queria. Agora sente-se mais embaraçado com a forma como anda, por causa de uma impaciência saudável que é compreensível, mas isto deve ser mantido sob controlo para que não o atrapalhe. Quando está consigo, os outros não se oferecem para ajudar — veem que ele está acompanhado. Quando está sozinho e a tentar ser independente, as pessoas oferecem-se e ele fica desapontado. Ele usou o último episódio (*nas escadas traseiras*) para desencadear um desenvolvimento importante ao subir as escadas, mas não deve imaginar que todos os outros são perfeitos só porque parecem estar bem; aí lida com absolutos, assusta-se e exagera a sua condição, pensando apenas em termos físicos e esquecendo-se das suas capacidades interiores, de criatividade, que são de facto tão importantes.

Tem perguntas?

(*“Bem, cobriste tudo o que estava na lista dele exceto a parte sobre os dentes e gengivas.”*)

Eles vão melhorar à medida que a sua condição geral melhorar. Deve usar bicarbonato de sódio, e escovar os dentes duas vezes por dia, como não faz. A tensão causou a condição, e as gengivas enfraqueceram. As vitaminas ajudam.

(*“Os dentes podem alinhar-se?”*)

Os dentes podem alinhar-se. Tenho um pouco mais a dizer aqui. Vais buscar fósforos para o Ruburt?

Queres uma pausa?

(*“Não.”*)

Um dentista estremeceria, e muitas vezes são usados métodos cirúrgicos para corrigir uma condição assim, quando, se deixada em paz, e com mudanças na situação de vida de uma pessoa, a condição se corrigiria por si. Muitas vezes, claro, não o faria, por causa de crenças e condicionamentos. Neste caso, porém, a condição corrigir-se-á à medida que a tensão for libertada. A vitamina E ajuda, e a ideia que Ruburt tem da sua própria autoimagem também está envolvida.

A escova, para estimular as gengivas, é um complemento importante. Deve ser seguida de bochecho com uma solução suave de sal e água, que

estimula e fortalece os tecidos. Isto deve ser feito antes de se deitar. A outra escovagem pode ser feita em qualquer altura.

Na próxima sessão falarei sobre peso e alimentação. Isto também está ligado às gengivas.

Basta por esta noite. Que ele faça bom uso disto. Despeço-me com um caloroso boa noite.

(“Muito obrigado. Ele está a ir bem, Seth. Boa noite.” 22h56.)

SESSÃO APAGADA

15 DE OUTUBRO DE 1973

(Durante a última semana Jane teve vários longos períodos de relaxamento, além de outros sinais de melhoria física contínua. Na verdade, ainda sentia os efeitos de um relaxamento quando esta sessão começou. Tinha começado a meio da tarde, depois de receber um OK de Tam Mossman relativamente à publicação do seu livro de poesia, Dialogues — pelo menos no que toca a Tam. O livro será publicado depois de Personal Reality, mas antes de Aspects.)

Agora: boa noite.

(“Boa noite, Seth.”)

E dêem-nos um momento... tudo conforme dado na última sessão até esta data.

A sessão, a última, que tratava das atitudes em relação ao “trabalho”, deve ser lida pelo menos duas vezes por semana agora. Está a ocorrer uma nova síntese relativamente às ideias de Ruburt sobre a sua escrita e vida, de modo que essa sessão em particular servirá simplesmente para garantir que as velhas ideias são suficientemente desfeitas para que a nova síntese possa formar-se.

Ruburt recebeu ideias por conta própria esta semana, e anotou-as. Essa síntese permitiu que a ideia do novo livro viesse à tona. Caso contrário poderia ter permanecido apenas uma probabilidade. E claro, *Aspects* aplica-se aqui, e também o meu próprio livro, pois ambos serviram como pontos de viragem para tal nova síntese e reorganização de crenças.

Tenho algumas palavras a dizer, antes de mais, sobre a condição do corpo e o método de cura em funcionamento. Terei mais sugestões para a semana, que são importantes.

Os períodos de relaxamento criam uma situação necessária em que os músculos se tornam mais maleáveis, e são gradualmente libertados. O grau de libertação varia de acordo com o sistema muscular em questão e a sua interação com outros. Durante o tempo de relaxamento pode haver, portanto, uma postura geral menos firme. *(O que Jane mencionou.)*

O relaxamento prolonga-se mais tempo para garantir que não seja colocado esforço excessivo sobre os músculos em libertação, até que estejam aclimatados. Descansam, por outras palavras, após cada tratamento. Depois disso surge o desejo de movimento. A inclinação para a atividade muscular manifesta-se então um pouco mais tarde como aumento de força ou flexibilidade.

Os lados direito e esquerdo estão desequilibrados. Os episódios de relaxamento fornecem naturalmente, à sua maneira, mais facilmente e sem desconforto, o mesmo tipo de benefício que teoricamente seria recebido, digamos, num tratamento quiroprático. Este é apenas um aspeto do processo, no entanto. A libertação dos músculos dá-se de tal forma que os tendões em redor das articulações são gradualmente soltos, e depois o corpo trabalha sobre as próprias articulações. Ruburt tem sentido ligeira dor à medida que a rigidez nessas áreas começa a soltar-se. Há também reparação de tecidos à volta das articulações.

Há algum inchaço, às vezes muito ligeiro, quando as articulações estão envolvidas, e isto serve apenas como processo de amortecimento, à medida que a circulação aumenta e a pressão é aliviada. Há reparação em todas as áreas. Como o processo é natural, as sensações de calor mostram claramente as áreas diretamente envolvidas em cada momento.

Dêem-nos um momento... Há um ingrediente no vinho que o sangue pode usar neste ponto do processo de construção. Também, como mencionado, o bacon. Ele está agora numa posição melhor do que alguém com excesso de peso, pois as articulações não têm muito peso a suportar, nem gordura a sufocar a sua mobilidade.

As vitaminas ajudam no trabalho extra que o corpo está a fazer de reparação, embora sem a mudança de crenças não seriam eficazes. O corpo está agora a usar o que recebe de forma eficiente. Algum aumento de peso pode ser esperado em breve. Agora os nutrientes estão a ser usados no trabalho de reparação. Após o curto período e ligeiro aumento de peso, o peso regressará ao normal.

Durante os episódios de relaxamento ocorrem também alterações hormonais. Estas são vitais e estão a ocorrer de forma bastante rápida à medida que os pensamentos habituais de Ruburt começam a mudar.

As sugestões de confiar no corpo devem ser continuadas, pois o processo de cura do corpo segue agora essas crenças. Antes era prejudicado pelas crenças iniciais, agora quase dissolvidas, que causaram a descrença no corpo. Essas crenças corporais estão agora a mudar. À medida que mudam, trazendo melhorias, vocês encontram-nas na realidade tal como a compreendem. O resultado que veem é a materialização das novas crenças, assim como antes viram a materialização das antigas.

Agora o equilíbrio mudou, de modo que as novas crenças superam as antigas e permitem ao corpo responder.

Ruburt tem toda a razão em evitar os vossos bolos. O seu sistema não precisa desse açúcar branco, e o vosso também estaria melhor sem tanto.

Esta semana, ambos leiam para si próprios as partes do meu livro que tratam do ponto de poder e da hipnose natural. Para a semana quero começar certos exercícios curtos com base nelas. Primeiro quero ter a certeza de que Ruburt compreende como usá-los corretamente.

Enquanto certos estágios decorrem pode haver uma qualidade irregular, mas não necessariamente, em que ele anda muito melhor num dia e noutro não tanto, até que todo o sistema esteja alinhado e, então sim, as melhorias se mantenham. Isto deve-se simplesmente a vários sistemas musculares. Menciono isto apenas para que ele compreenda, e não se desaponte se um dia for excepcionalmente bem e no seguinte parecer não correr tão bem. Isto pode nem acontecer, essa irregularidade, mas pode ocorrer como situação natural à medida que o equilíbrio é restaurado.

Ele está a ir bem. O badminton, no entanto, deve ser estabelecido, assim como os exercícios de agachamento. Quando houver um longo período de relaxamento, ele saberá instintivamente quando deixar o badminton de lado, por exemplo, mas deve ser estabelecido como prática. Pois mais uma vez permite que a nova resiliência se mostre em movimento. Mais uma vez, dez minutos são suficientes.

Enquanto confiar na melhoria do corpo, estará melhor em concentrar-se na sua poesia, em *Aspects*, e noutros aspetos da sua vida, e em desfrutar da atividade física crescente. O corpo pode agora reparar-se bastante bem, se ele o deixar seguir o seu caminho. Uma vez mudadas as crenças, o resto segue.

As próprias melhorias dão-vos então mais retorno benéfico. O contacto com o público é importante para a sua confiança. Agora façam a vossa pausa.

Agora: esta será uma sessão curta.

Ruburt ainda precisa de chegar a algumas compreensões mais profundas, e está a caminho. A repressão do movimento não pode levar a outra coisa senão mais repressão. Ele compreende isto agora. Está a permitir-se liberdade por graus, libertando repressões uma a uma.

Percebe que a liberdade está dentro dele. Antes não percebia isso. Agora percebe que não precisa dos sintomas, e está no processo de os perder. Deve querer a liberdade tão fortemente como antes quis reprimi-la, e é nessa direção que agora se move.

Ele acredita que a liberdade é possível, significando liberdade física. Antes, não acreditava. Mas a liberdade não deve ser pensada como um absoluto, mas como um processo de realização que ocorrerá naturalmente porque ele o quer, e acredita que assim será. Todas as sugestões dadas na semana passada mantêm-se.

O vosso amor continua a ser importante, pois aí ele experimenta a libertação sem esforço, e isso transpor-se-á para outras áreas. Isso será tudo. É tudo o que é necessário se as sugestões forem seguidas. Ele tem muito com que trabalhar.

As minhas mais calorosas saudações. Boa noite — e têm bons momentos a esperar-vos.

(“Obrigado, Seth. Boa noite.”)

SESSÃO APAGADA

22 DE OUTUBRO DE 1973

(A Jane estava muito relaxada depois do jantar, mas quis ter a sessão. O período de alívio tinha começado nessa tarde, e ainda estava em efeito à hora da sessão. Jane teve bastantes desses relaxamentos na última semana — quase diariamente, penso eu. Foram acompanhados por sensações de calor, suor e dores, embora nem todos estes sintomas estivessem presentes em cada relaxamento. Os sinais parecem muito encorajadores. Agora Jane chega à mesa do pequeno-almoço em talvez metade do tempo que levava quando começámos esta série de sessões...)

Boa noite.

(“Boa noite, Seth.”)

A semana, à sua maneira, foi bastante bem-sucedida, e correu mais ou menos como eu esperava. Foram feitos vários avanços importantes relativamente a crenças.

Ruburt viu como estar fora da secretária e da casa lhe trouxe vantagens criativas, como no passeio até casa da sua mãe (*em Centerville*), e na caminhada anterior à volta do quarteirão. Não há dúvida das muitas melhorias, compostas por uma série de progressos interiores que ainda não se mostram, exceto quando o elemento tempo se manifesta — ou seja, ele chega aqui (*apartamento 5*) mais depressa e com maior facilidade.

As pernas ainda não parecem mais direitas, no entanto (o que preocupa Jane), mas a mudança de ritmo aí reflete uma maior coordenação interior. As dores nos joelhos, que mencionei como possibilidade na semana passada, desencorajaram-no, apesar disso.

Essas articulações estão definitivamente a soltar-se, e a irregularidade por vezes presente ao andar é resultado de novos equilíbrios que se vão estabelecendo gradualmente à medida que os joelhos se libertam. Tem-se tido cuidado para que a libertação seja relativamente equilibrada, mas ao mesmo tempo uma articulação pode estar mais solta do que outra num determinado momento, causando as sensações de estranheza.

Como sabe, o mesmo acontece com os braços, mas ele não anda sobre eles, como ele próprio lhe disse. Os sonhos foram destinados a encorajá-lo

e a mostrar-lhe que a ordem interior dos acontecimentos garante as suas melhorias.

A promessa feita no sonho por si, de que os acontecimentos (*da grande flexibilidade de Jane*) estavam de facto a acontecer, representava o seu conhecimento interior de que ele iria conseguir agora, e a sua própria realização desse facto, bem como o reconhecimento do corpo. A primeira parte do sonho envolvia uma excelente libertação física e maleabilidade. A segunda parte dizia respeito a novas divisões, todas ricas avenidas abertas para ele, tanto como resultado da libertação, como também trazendo essa mesma libertação. As divisões representavam exploração, novas áreas de criatividade nas quais já está envolvido.

As sugestões que dei (*em sessões recentes*) equivalem a um “programa de atividades”, calculado para dar espaço à expressão criativa e física. O bom senso aplica-se. Se dança ou limpa o apartamento, então os seus impulsos naturais estão a ser dirigidos fisicamente dessa forma. Não precisa de sentir que tem de sair para a caminhada quando, fisicamente, sente vontade de limpar, por exemplo. O badminton, exceto durante períodos de relaxamento, é excelente e deve ser mantido por causa da oportunidade de experimentar velocidade. Agora é a única maneira de o experienciar, exceto o balançar dos braços.

O “programa” foi concebido para garantir alguma atividade física cada dia; naqueles dias em que não sai consigo para fazer compras ou dar uma volta, então a caminhada é fundamental. Mas ele tem saído todos os dias.

Dêem-nos um momento... As dores nas articulações começarão agora a diminuir simplesmente porque a primeira ativação inevitavelmente provocaria alguma fricção à medida que as articulações começavam a mover-se de um estado de relativa rigidez. O calor amortece esse efeito, daí os frequentes tratamentos internos de calor.

(*A Jane estava a sentir estes efeitos hoje e esta noite, etc.*)

O exercício de agachamento foi difícil por duas razões — uma relacionada com crenças, e a outra com as dores nas articulações. A crença tem a ver com “deixar-se ir”, claro, e terei mais a dizer sobre isto. Essa mesma crença tem a ver com sentar-se na sanita.

Agora. Ele lidou bem com crenças corporais à medida que estas lhe eram apresentadas em períodos de relaxamento passivo. O que queremos transmitir é a ideia de que o movimento é espontâneo. Deixar-se ir é avançar.

No seu sistema de crenças parecia-lhe que deixar-se ir era parar. Portanto, o relaxamento tornou-se uma palavra maldita, em que nada era feito. Nos períodos de relaxamento, então, tende a preocupar-se. As coisas não serão feitas. Sente-se culpado. Pergunta-se até onde deve ir com o relaxamento.

A mobilidade do corpo, a sua liberdade, a sua agilidade e a sua criatividade dependem da sua capacidade de relaxar, de se entregar a si próprio e, portanto, à fonte do seu ser, de se deixar ir — caso em que é apoiado, ágil e sem entraves.

(Enfaticamente).

Estas frases devem agora esclarecer aquela contradição aparente entre relaxamento e ação que ele sentiu durante tanto tempo. O relaxamento é o trampolim de onde vêm as ações físicas.

Agora — querem uma pausa?

(“Talvez seja melhor.”)

(O excelente período de relaxamento de Jane continuou durante a pausa. Não sabia se conseguiria pôr-se de pé. “Estou mesmo fora,” repetia. Disse que sabia que Seth tinha “um monte de coisas sobre pais”. Estava tão relaxada que decidimos retomar a sessão, para que não se encontrasse incapaz de o fazer se esperasse demasiado. Disse que estava determinada a receber o material.)

Agora: cada pessoa escolhe os seus pais, aceitando em termos de ambiente e hereditariedade um banco de várias características, atitudes e capacidades das quais retira na vida física.

Há sempre uma razão, e por isso cada progenitor representará para cada criança um símbolo inefável, e muitas vezes os dois pais representarão contrastes gritantes e diferentes probabilidades, para que a criança possa comparar e contrastar realidades divergentes.

O pai de Ruburt, para Ruburt, significava laxismo, relaxamento ao extremo, sem impulso ou fogo, responsabilidade ou controlo. A mãe de Ruburt significava vontade, ímpeto, poder, pois tinha poder sobre a casa e sobre Ruburt. Mas esse poder não ia a lado nenhum, porque o pai de Ruburt era fisicamente livre, enquanto a mãe não. Ruburt pensava que tinha de escolher *(mais alto)*. Se vontade e poder significavam relativa imobilidade mas propósito — e propósito era o que ele tinha — então no passado escolheu isso em vez do que pensava ser laxismo, relaxamento e liberdade física que poderiam significar desperdiçar capacidade, um relaxamento em que nada se conseguia.

Os pais representavam dois extremos. A mãe representava a vontade não temperada por espontaneidade ou relaxamento, francamente uma vontade de poder sobre os outros. Fazia com que outras pessoas suprissem as suas necessidades, e era uma déspota. Estava cheia de energia, contudo, e de propósito.

O pai de Ruburt representava o outro extremo, sem propósito firme, aparentemente levado ao acaso, e sem conseguir nada. Ambos os pais podiam ser altamente destrutivos, no entanto — o pai de Ruburt quando estava bêbado, e a mãe de Ruburt em geral.

Ruburt escolheu os pais para ver o contraste e aprender qual a melhor forma de, para ele, o propósito poder ser combinado com espontaneidade, a vontade com o espírito. Tinha de ver que ambos eram extremos — nem práticos nem idealistas. Tudo isto se aplicava à sua vida mental, psíquica, espiritual e física, e ao seu propósito global.

Agora ele é livre de apreciar e usar a energia mostrada pela mãe de forma condensada e dramática, temperada e libertada pelo ar livre e fluido do pai, e pela mobilidade física e sentido de exploração que ele representava.

O passado da Ciência Cristã com o pai também foi importante, pois foi essa crença interior do pai que o sustentou, e essa inclinação do pai e da mãe dele (*Mattie*) que Ruburt escolheu no seu pano de fundo para temperar as crenças da sua própria mãe e conduzi-lo na nossa direção. A filha triunfa pelo progenitor, então. O mesmo aplica-se à sua maneira a cada indivíduo, em que as condições e desafios e soluções também são dados no pano de fundo escolhido. Assim também no seu caso.

O seu pai representava aquilo a que chamava o eu criativo secreto e isolado — mais ou menos em desacordo com o mundo, não apreciado por ele em termos familiares ou financeiros; o eu artístico, solitário, que julgava incapaz de comunicar, inarticulado e mudo, fechado à comunicação íntima com os outros, e de facto fustigado por mal-entendidos por causa da sua própria criatividade — emocionalmente congelado, com medo de se mostrar.

A sua mãe representava o oposto na sua mente — a imediatez emocional explosiva, sufocante, uma vida feminina e laços terrenos, compromisso social, tarefas domésticas e distrações que pareciam opor-se diretamente à criatividade solitária.

Voltamos à vontade e à liberdade, disciplina e propósito. O passado de Ruburt com a mãe e as suas crenças na vontade fundiram-se com os seus sentimentos de isolamento relativamente ao pai. Ruburt bloqueou a espontaneidade emocional, sentindo que o pai era laxo. Você bloqueou a espontaneidade emocional, sentindo que a da sua mãe era prejudicial ao isolamento criativo. Ao mesmo tempo, admirava a espontaneidade de Ruburt. Mas confiava nela apenas porque estava fundida com um propósito criativo. Portanto, ele usava-a apenas para esse propósito, não querendo assustá-la com ela de outra forma, porque a amava tanto.

Ele também temia a espontaneidade não ligada à criatividade por causa da sua sensação de que o pai se deixava levar ao acaso e não produzia nada. Ao resolver o seu dilema, que era o criativo, ambos triunfam por si e pelos seus pais.

Só pelo autoexame pode ver como estas questões se fundem em todas as áreas da sua vida, e depois projetar as ideias para fora, para os outros. Ruburt, ao sair para andar, vai por ambos. Você, relacionando-se agora

muito melhor com os outros, sai por ambos os seus pais. A sua mãe sabe disso.

Ao encorajar agora a espontaneidade física de Ruburt, encoraja simbolicamente a sua própria espontaneidade interior, e ambos reconhecem isso. Dêem-nos um momento... Há razões estabelecidas por si, pela natureza do seu propósito, de modo que o vosso melhor trabalho virá mais tarde nas vossas vidas. A sua mãe compreende mais do que compreendia, e sabe que a segue em jornadas de que outros membros da família não têm conhecimento.

Loren e Dick também escolheram a situação. Cada progenitor também representava opostos para eles — mas diferentes, e por isso viram os vossos pais de forma diferente. Não perca o contacto com Dick. Ele é mais parecido com um filho para si e Ruburt do que com um irmão ou cunhado... Quero que veja que tudo isto faz mais sentido em muitas áreas do que talvez tenha percebido.

O estado físico de Ruburt está assegurado. Esqueça os padrões do dia-a-dia. Ele libertar-se-á deles de modo que, no pior, nada será notado. No melhor, estabelecerá uma condição de flexibilidade extraordinária — que ainda depende dele. Mas as crenças mudaram o suficiente para que as melhorias venham e a marcha seja corrigida.

Ele pode ir além disso e alcançar uma flexibilidade invulgar. Isso, no entanto, é uma probabilidade neste momento.

Para esta semana, peguem nesta sessão e nas observações dadas, depois no ponto de poder conforme apresentado no meu livro, feito por cada um de vocês diariamente sem falhar. Ruburt deve ler mais do meu livro esta semana. A compreensão desta sessão será de grande benefício.

Despeço-me então com um caloroso boa noite.

(22h40. “Obrigado, Seth. Boa noite.” Ao dactilografar isto na noite seguinte — enquanto a aula decorria — Jane desfrutava de mais um longo relaxamento... Ambos fizemos o ponto de poder. Loren e Dick são os meus irmãos mais novos.)

SESSÃO APAGADA

5 DE NOVEMBRO DE 1973

(A sessão da segunda-feira passada, de 29 de outubro, foi realizada para Sue Watkins e George Rhodes. Nela quase nada foi dito sobre o progresso de Jane, exceto uma nota de rodapé no final. O progresso de Jane tem sido constante nas últimas duas semanas, no entanto, e está de acordo com o descrito em sessões anteriores.)

Agora, boa noite.

(“Boa noite, Seth.”)

O progresso na caminhada já está assegurado por causa dos acontecimentos físicos interiores que estão agora a ocorrer. Estes seguem o seu próprio curso, mas alguma melhoria exterior nessa área deverá mostrar-se muito em breve.

Outros ajustes estão a ser feitos primeiro para garantir equilíbrio e coordenação gerais, pois está a ser feito trabalho nos joelhos, músculos das pernas e pés. Caso contrário, demasiado esforço seria lançado sobre outras áreas do corpo, que então teriam de compensar.

Ruburt deve tentar, mais uma vez, não se concentrar na área da caminhada. Que tome por garantido que está a ser cuidada. As dores ocasionais nas articulações devem-se à sua ativação, não durarão e devem ser aceites nesse sentido. Os poucos minutos de badminton são importantes, e familiarizam suavemente Ruburt com a sensação de movimento mais rápido.

Dêem-nos um momento... O comentário dele após receber o cheque trouxe o esclarecimento final de crenças. As ligações foram dadas conforme indicado também.

(Aqui Seth refere-se ao cheque de \$7.500 que Jane recebeu recentemente da Prentice-Hall como metade do pagamento pelos direitos de brochura de Seth Speaks. Jane escreveu no envelope do cheque que o dinheiro representava um “pagamento final” para mim, etc.)

A área de concentração agora, no entanto, não deve ser o corpo mas a vida diária, a escrita dele e os vossos planos. *The Nature of Personal Reality* garante de forma bastante segura a vossa situação financeira durante algum tempo.

Um ponto que quero mencionar: a mãe de Ruburt tentou escapar da pobreza através do uso calculado e incessante da sua beleza, e não funcionou. Ruburt, à sua maneira, tentou escapar da pobreza através do uso do intelecto, e teve medo de que isso também não resultasse. O intelecto de Ruburt, no entanto, deu-lhe muito mais margem do que a beleza deu à mãe, e o seu intelecto vinha com uma contrapartida — uma contrapartida intuitiva e psíquica que o enriqueceu e impediu de se tornar amargo ou ensimesmado.

Ao mesmo tempo, as crenças iniciais estavam lá, e foram mencionadas até certo ponto juntamente com outras questões. Estas também tinham a ver com o propósito incessante do trabalho. Entretanto, tanto o intelecto como as capacidades intuitivas descobriram que a alegria diária de viver era tão importante quanto “trabalho” ou dinheiro.

Por um tempo, no entanto, um conglomerado de crenças fundiu-se, de modo que sentia que tinha de se esforçar incessantemente: e isso significava, para ele, impor as disciplinas já referidas. Os medos do tempo, os medos iniciais que o fizeram querer escapar da pobreza, a sensação de que todos os ovos tinham de estar no mesmo cesto, e a sua reação a si e às suas circunstâncias — tudo isto estava ligado.

Nos seus vinte anos podia combinar bem a ideia de pouco dinheiro com a sua escrita, porque percebia que poderia ser essa a natureza da profissão; mas assustou-se à medida que os anos passavam. Estou simplesmente a colocar isto de forma consecutiva, enfatizando certos pontos por conveniência agora. O cheque, mesmo nesses termos, veja, foi importante. Está a ser assimilado nesses moldes. Depois poderá sentir-se completamente livre dessa reação específica de longo prazo.

Percebe agora que o dinheiro não é assim tão importante, mas as antigas crenças estavam tão entrelaçadas que teve de provar a si próprio que não era tão importante depois de o conseguir. Caso contrário, diria sempre a si mesmo que acreditava que o dinheiro era basicamente sem importância apenas porque não era capaz de o obter.

Quero que fique claro que o dinheiro não era o objetivo principal, que o impulso inicial para escapar ao seu ambiente baseava-se na falsa ideia de que o valor dependia do estatuto. Ser escritor dar-lhe-ia estatuto mesmo que não ganhasse dinheiro, embora tivesse essa esperança.

O desenvolvimento das suas capacidades psíquicas assustava-o, pela simples razão de que, na sua mente, um médium não tinha o mesmo tipo de estatuto. As capacidades de escrita, no entanto, foram sempre uma manifestação da sua forte natureza psíquica, e o seu crescimento como personalidade exigia a fusão de ambas se até o escritor quisesse ter sucesso. Tudo isto está a acontecer. (*Com intensidade.*) As melhorias são o resultado natural de uma síntese de personalidade e capacidades e de uma reorganização de crenças.

Descansa a tua mão ou faz uma pausa.

Agora: você tinha estatuto embutido aos olhos de Ruburt, simplesmente porque era artista. Estatuto não implicava tanto um lugar na sociedade como um lugar no ser. Mantinha-o até certo ponto à parte da sociedade, sendo por natureza uma superioridade inata. Levado demasiado longe, tal ideia pode conduzir a um isolacionismo em que apenas o trabalho é importante, e as alegrias diárias experimentadas por outros tornam-se sem importância e triviais.

Os sentimentos intuitivos por trás da imagem do escritor baseavam-se no misticismo da natureza, na alegria da criatura; e, no entanto, perseguidos com excessiva literalidade, a determinação de escrever, uma vez equiparada a trabalho, levou a negações importantes precisamente nessas áreas.

Uma concentração nos vossos planos, vida diária, escrita e atividade psíquica livre permitirá agora da melhor forma que o corpo continue as suas melhorias sem ser observado a cada momento. Todas as sugestões dadas devem ser continuadas. Não vos darei recomendações específicas sobre o que devem fazer agora.

Haverá, no entanto, algumas alterações, mudanças simplesmente para marcar o fim de uma era e o início de outra, mesmo que seja apenas uma breve viagem ou uma série de pequenos passeios.

De todas as formas devem ambos rejubilar com as melhorias à medida que ocorrem. O sentimento de confiança, enfatizado, ajudará Ruburt para que não se torne demasiado impaciente. Quando saem em público ele pensa imediatamente em termos de absolutos, e sente-se inadequado como resultado, e as melhorias parecem triviais em comparação com o que deseja.

Uma compreensão clara do ponto de poder esclarecerá essa aparente discrepância entre o que deseja e o que tem. As melhorias mostram-lhe constantemente que o que tem está a mudar para melhor e a aproximar-se cada vez mais da flexibilidade que deseja. Sugiro os vossos bares, e despeço-me com um caloroso boa noite. A menos que tenham perguntas.

(“Não, acho que não.”)

Ainda tenho uma sessão para a próxima semana, então, mais uma vez. Lembrem-se do badminton.

(“Está bem. Boa noite, Seth, e obrigado.”)

(PM. Jane está demasiado preocupada com melhorias físicas, como Seth sugere, e ainda somos descuidados em jogar badminton diariamente.)

SESSÃO APAGADA

12 DE NOVEMBRO DE 1973

Agora: boa noite.

(*“Boa noite, Seth.”*)

Começarei de forma simples... Como vos disse, as razões por trás das crenças corporais desapareceram em grande parte. Restam-vos crenças sobre o corpo. Estas, privadas das crenças centrais que lhes deram origem, começariam naturalmente a enfraquecer, mas poderiam persistir durante algum tempo, em termos gerais, a menos que fossem reconhecidas como crenças.

Portanto, as crenças sobre o corpo de Ruburt, da parte de ambos, mas claro que principalmente da parte de Ruburt, devem ser entendidas como crenças que causam experiência física. Algumas delas já começaram a desaparecer, mas ambos, em certa medida, projetam-nas no futuro, tratam-nas como condições de facto, e não como crenças que causam condições.

Ambos ficam então hipnotizados pelos efeitos. Cada avanço físico consegue diluir um pouco esse quadro, mas muitas vezes apesar dos hábitos de Ruburt e, em certa medida, dos seus também.

Há uma breve sessão que dei há algum tempo que esclarece isto de forma clara. Ambos acreditam de forma bastante eficaz que ele não pode desempenhar-se em certas áreas. Agora, usando o ponto de poder conforme sugerido, podem sair desse círculo.

Falei-vos sobre a importância da imaginação e os vários métodos característicos que as pessoas têm de utilizar a sugestão através da imaginação. Mencionei também Ruburt e a dança, e a forma como utilizava o desafio aí, de um modo que não seria característico para si.

Agora ele tem algum receio da viagem (*de férias*). Ao mesmo tempo usa o desafio para ativar a sua imaginação de forma construtiva e para despertar o seu entusiasmo. Depois, à sua maneira, com as suas reações, tenta incutir-lhe esse entusiasmo, tão arduamente conquistado, e claro encontra-se com o seu próprio tipo de reação.

Parte disto tem a ver com o facto de ambos pensarem em termos de absolutos, mas muitas vezes de maneiras diferentes. Ruburt sente-se suficientemente livre para ir à Florida, se sentir que não tem de enfrentar aquilo a que pensa ser a sua ideia de liberdade absoluta, em que se comporta tão normalmente como qualquer outra pessoa, ou quase. Se isso lhe for exigido em consonância com as crenças atuais de ambos sobre o mau desempenho do corpo, então não se sente livre para ir de todo.

O simples facto de planejar uma viagem significa para ele que está livre para ir, e que existem alguns graus de liberdade física nos quais pode operar e usar essa ideia como veículo. Agora: a vossa ideia de que não vão livremente, com liberdade, não é nesses termos um absoluto. Significa que,

dentro dos graus oferecidos, terão um bom tempo, mas irão comparar o que têm com uma “liberdade” perfeita que Ruburt ainda não possui. Tudo isto por causa das crenças sobre o corpo de Ruburt — novamente, principalmente as crenças de Ruburt, mas também as suas. Muitas vezes uso “você” para me referir a cada um de vocês.

Dentro da situação física atual de Ruburt existe um grau de liberdade para a viagem e para o prazer — uma oportunidade de manipulação, e compreender isto acrescentará a essa liberdade. Ambos estão a concentrar-se em aspetos negativos quando ignoram a liberdade que já existe, e a negar prazeres que poderiam ajudar a ampliar essa liberdade. Isto não se aplica apenas à viagem.

Dêem-nos um momento... Se ambos compreendessem tudo o que disse sobre o ponto de poder, não comparariam a situação física presente com o que desejam, colocando a situação presente numa luz desfavorável, mas como uma série progressiva de degraus em direção ao estado desejado.

Tens muitos dos credos da tua cultura, embora te tenhas afastado de muitos outros. Continuas a permitir que a tua imaginação siga as tuas crenças negativas, e assim tu (*eu, RFB*) muitas vezes não consegues encorajar o Ruburt de forma ativa, tal como ele tantas vezes não consegue encorajar-se a si próprio.

O corpo está a responder apesar disso, no entanto. As melhorias podem e irão acelerar à medida que acreditares verdadeiramente que tal é possível, e à medida que explorares ativamente as liberdades que agora estão disponíveis.

Uma nota sobre o incidente do passeio de que o Ruburt falou (*no outro dia, enquanto faziam compras em Centertown*): foi precisamente porque cada um de vós ainda está tão hipnotizado pelos efeitos que tais incidentes recaem sobre ambos. A tua preocupação com o Ruburt 85% do tempo não lhe faz bem nenhum e faz-te ainda menos bem a ti. Podes ver isto claramente quando o Ruburt mostra o seu lado do mesmo quadro, concentrando-se nos sintomas.

Um terço dessa energia, de qualquer um de vós, aplicada à compreensão de que os efeitos são causados pelas crenças — e ao esforço de mudar essas crenças — fará maravilhas. O Ruburt fez isso com o episódio do sapato e com o braço, até um grau importante. Não podes encorajá-lo dizendo: “Eu sei que consegues, querido, não te preocupes, vais conseguir melhor da próxima vez”, quando estás firmemente convencido do contrário.

Agora: o andar mostra mais claramente as crenças do Ruburt e as tuas. As condições interiores estão a ser corrigidas, mas o Ruburt deve ver-se a si próprio na sua mente a andar melhor — não perfeitamente, mas melhor para já — e ele já começou, no ponto de poder, a aprender como o fazer.

As vossas imaginações e emoções devem ser utilizadas de forma construtiva, e não para prolongar os efeitos. Agora faz uma pausa.

Por outras palavras, cada um de vós tem-se concentrado em grande medida no problema de que querem livrar-se, de tal forma que veem toda a vossa existência apenas sob essa luz — e deviam já saber melhor.

(Muito mais alto e com força:)

Quanto à vossa viagem, concentrem-se nos prazeres que nela são possíveis, de modo a que nenhum de vós se esforce em demasia e acabe por não esquecer por um minuto a condição. Não devia precisar de vos dizer isto: vejam-se a divertir-se, a passar bons momentos, mesmo dentro das condições horríveis tal como existem. Deviam envergonhar-se por ignorarem as capacidades, as liberdades e os prazeres que têm, e em vez disso concentrarem-se apenas na única área em que as faltas são visíveis — ao mesmo tempo que não utilizam os métodos que vos dei para vos ajudarem plenamente nessa área — e em vez disso direcionam a vossa imaginação para perpetuar a situação.

Numa situação assim, todo o entusiasmo torna-se tabu, irrealista, e só o medo é visto como realista ou lógico. Negando, menosprezando e rejeitando as liberdades disponíveis, concedem a vós próprios muito pouca liberdade em que operar.

Dai-me um momento... Nessas circunstâncias não se encorajam mutuamente, mas cada um acrescenta ao problema. Não há razão nenhuma para que uma viagem dessas não possa ser agradável, criativa, curativa e trazer-vos grande prazer a cada um. Mas se estruturarem essa experiência antecipadamente e a virem centrada inteiramente em crenças negativas, então torna-se apenas mais um incómodo.

O corpo do Ruburt pode funcionar muito melhor, e está já em processo de o fazer. Prestariam ambos um grande serviço se simplesmente o deixassem em paz, parando as projeções negativas sobre ele, se não conseguirem enviar-lhe ajuda positiva através da disposição de mudar as vossas crenças a seu respeito.

A tua preocupação pessoal, agora, resulta em parte de velhas crenças culturais: preocupares-te com alguém que amas de algum modo ajuda essa pessoa, e mostra-lhe o teu cuidado, mesmo que isso te faça sentir miserável. Também te enche de sentimentos de martírio, e isso drena-te da tua própria energia. É o caminho oposto, infelizmente enraizado pela educação cultural — o oposto do que deve ser seguido se queres realmente ajudar alguém que amas ou a ti próprio. Pois a preocupação é a perpetuação de pensamentos temerosos e negativos dirigidos contra o outro.

Não adianta dizer que a outra pessoa devia ter mais juízo para não ser afetada, porque geralmente a outra pessoa tem o seu problema precisamente devido ao mesmo tipo de reação. Isto aplica-se não apenas a vós dois, mas a muitas situações familiares.

Aqui a imaginação é aplicada de forma negativa. Porém, virada ao contrário, mesmo um quarto dessa energia usada na direção oposta pode dar um apoio secundário muito útil à pessoa em dificuldade. Podes dizer a ti próprio que a pessoa pode, afinal, tomar o rumo oposto àquele que estás a imaginar, e por um momento inverter a direção da tua imaginação. Feito corretamente, isto começará automaticamente a aliviar-te das pressões de responsabilidade sentidas anteriormente, e telepaticamente a outra pessoa captará sentimentos de apoio.

Agora. Anteriormente, as crenças do Ruburt por detrás das crenças do corpo que causavam a dificuldade afetavam-no de tal modo que ele captava dos outros aqueles estados de espírito e sentimentos que concordavam com ele, de modo que muitas vezes mensagens construtivas do corpo não conseguiam chegar. Agora, porém, restam crenças do corpo que já não têm fundamento em outras crenças pessoais, e assim desaparecerão muito mais rapidamente diante do encorajamento, do entusiasmo e de projetos que de outro modo sejam pessoalmente desejados. Estas podem, portanto, ser usadas para ativar o corpo agora de forma muito melhor do que antes.

Os meios e métodos não devem ser enfatizados, pois seguir-se-ão automaticamente. Isto é: de qualquer forma que consigam, vejam-se a ter uma viagem produtiva, agradável e criativa. O Ruburt não deve, por exemplo, preocupar-se com como vai lidar de manhã, mas, no geral, ver-se a divertir-se — e o resto seguirá.

Não precisam de imaginá-lo a levantar-se com a tua flexibilidade, nem ele deve fazê-lo neste ponto, mas devem esperar ambos uma melhoria contínua, e gradações de liberdade de mobilidade cada vez maiores. Acima de tudo, a partir deste ponto não devem mais estruturar as vossas vidas sobre a realidade basilar da condição do Ruburt. Pois essa “condição” não é uma coisa permanente, mas uma realidade em mudança, uma condição em melhoria.

Disseste tu mesmo há pouco que provavelmente mal percebias o quanto a tua própria perspetiva se tinha alterado. Disseste-o de forma passiva. Essa perspetiva deve ser considerada como parte do passado. Já não podes usá-la como desculpa, da mesma forma que o Ruburt já não pode usar os seus sintomas como desculpa. Formas a tua realidade. Se queres sentar-te e dizer “A minha preocupação impede-me de desfrutar, de ser criativo e realizado”, então fá-lo. Mas seria melhor se dissesse essa frase inteira e depois a colocasses no passado, acrescentando: “Não voltarei a fazê-lo.”

Assim ficarás livre para libertar a tua própria energia para ti mesmo, e para encorajar o Ruburt de forma ativa e alegre a fazer o mesmo. Há muitas coisas, incluindo esta viagem, que ambos podem desfrutar ativamente — mas não enquanto insistirem numa liberdade absoluta, ao mesmo tempo que se concentram nos elementos da vossa experiência que parecem

impedi-los dela. Então a vossa concentração principal não é na liberdade, mas na falta dela, de tal modo que as liberdades que existem — mesmo fisicamente para o Ruburt na sua condição atual — ficam diminuídas, e ambos sofrem.

Agora estão a receber uma sessão pela qual muitos dariam os dentes da frente, portanto usem-na. Dai-me um momento.

O Ruburt, em certa medida, também se tem concentrado novamente na condição, numa tentativa de dela se livrar. Tu tens feito o mesmo. À luz disso, as vossas outras conquistas, separadas e conjuntas, parecem quase desaparecer. Concentrem-se no vosso amor um pelo outro. Concentrem-se nas vossas capacidades e nos métodos que agora têm disponíveis e que, usados, dissolverão automaticamente o problema.

Não se batam na cabeça por causa desta sessão, perguntando-se como puderam ser tão estúpidos, por exemplo. Sabem pouco, independentemente da correspondência, sobre a situação pessoal dos outros e o clima emocional em que vivem.

Muitas vezes não percebem a extensão das vossas próprias vitórias, nem o modelo que são para outros, nem a luz que representam para eles. Portanto, as vossas conquistas são consideráveis, e serão ainda maiores. Esses desafios foram escolhidos, e estão no processo de triunfar sobre eles. Se hoje sou mais enérgico é apenas porque quero que compreendam exatamente em que áreas é necessário trabalhar. Os resultados estão, digovos agora, assegurados, tal como foi dado nas nossas últimas sessões — o que significa, claro, que a vossa compreensão desta sessão já foi tida como garantida. Assim vos desejo então uma boa noite, sabendo já, do meu ponto de vista, que ela foi seguida há muito tempo, no vosso tempo.

Noutra noite, quando isto tiver terminado, darei alguma informação importante que “vos alcançará”, por assim dizer. Por isso não desanimem. Vejam-se a si próprios num futuro em que esta sessão já há muito foi dada e seguida com excelentes resultados.

(“Obrigado, Seth. Boa noite.”

(A Jane disse que a “informação” que o Seth tinha para nós dizia respeito à Atlântida. Ficou bastante surpreendida, já que a Atlântida é um tema algo suspeito para ela por causa das conotações com Edgar Cayce, etc.)

SESSÃO APAGADA

19 DE NOVEMBRO DE 1973

(As primeiras quatro páginas estão em falta, e já há muitos anos.)

No início, quando este último grupo de sessões começou, ele não poderia ter jogado badminton, muito menos feito aquela viagem. Ao mesmo tempo, essa expansão colocou-o em situações que antes tinha evitado, e por isso o contraste entre a sua situação física e a dos outros tornou-se evidente — e para ele, assustador. Isto em si, no entanto, foi um avanço, pois trouxe à superfície o facto de que estas eram crenças do corpo.

A Psico-Cibernética funcionou bem durante algum tempo, porque nessa fase o livro serviu para desfazer crenças do corpo, embora ele não tivesse ainda enfrentado as razões por detrás delas. Ele já planeou reinstalar sugestões que eu lhe dei — ele sabe quais são, e isso deve ser feito imediatamente. Foram abandonadas por várias razões, mas principalmente porque ele ainda não percebia que estavam envolvidas crenças do corpo, e que estas, como as outras, podiam ser mudadas.

Agora: ele deve fazer o ponto de poder exatamente como decidiu ontem. Trabalhando com crenças do corpo. Sugiro que ouças as suas sugestões matinais bem como as da noite, e que reserves uns momentos, talvez não mais do que 5 por dia, para lhe incutires o facto de que essas novas crenças podem ser inseridas no lugar das antigas, e trarão resultados. Isto serve também em teu benefício, e no benefício de ambos. Pois a melhoria global mais rápida pode ser esperada à medida que ambos percebam, juntos e separadamente, que a condição pode ser, e está a ser, mudada para melhor.

Isto tem um “sentir”. Podes perceber quando está a ganhar força, e a vossa crença conjunta é necessária. Na ordem interior dos eventos, isto já aconteceu, e o Tam, sem saber que eu o disse, captou-o.

(Ver a carta recente do Tam, em que descreveu o sonho em que viu a Jane totalmente recuperada, etc.)

Mas ainda assim, no vosso tempo e termos, digo-vos para seguirem fielmente o que vos sugeri.

Dai-me um momento. Descansa a tua mão.

Quando enfrentarem estas crenças do corpo diretamente, ficarão, literalmente, surpreendidos com os resultados. Sugiro que fales com o Ruburt durante alguns momentos diariamente, por causa da natureza combinada das vossas energias, para que nesse período, por breve que seja, te concentres no facto de que as novas crenças estão, mesmo nesses momentos, a enraizar-se.

Acima de tudo, porém, não encarem isto como um problema, mas como um desafio que estão já a superar, e deixem que o resto do vosso dia flua com outras criações.

O livro terá um desempenho muito melhor.

(Devia ter perguntado qual livro.)

As questões que têm em conjunto, devido à vossa experiência nesta vida até agora, levar-vos-ão a respostas que ajudarão muitos, assim como a vós próprios. Disse isto a muitos: mas se tu, José, confiares em ti mesmo e te entregares às graças de ti próprio, então de ti fluirá tudo o que necessitas ou desejas. O mesmo se aplica ao Ruburt. Tens perguntas?

(“Não.”)

Então despeço-me com um caloroso boa noite. Algumas mudanças globais no vosso ambiente são importantes, no entanto. A sua natureza não é. Uma parte das vossas vidas terminou, com a morte de ambos os vossos pais. Isto aplica-se a cada um de vós. Escolheram a vossa herança. O que dela resultará ainda mal suspeitam conscientemente. Ou toda a vossa organização de vida aqui deve ser incorporada numa nova unidade ou então devem ir para outro lugar, pois precisam de um símbolo de mudança. Mas dentro de uma estrutura prática, mesmo que envolva férias.

Agora, despeço-me com um caloroso boa noite.

(“Obrigado, Seth, e boa noite.”)

SESSÃO APAGADA

26 DE NOVEMBRO DE 1973

Boa noite.

(“Boa noite, Seth.”)

Nos vossos termos e na vossa probabilidade, as vidas dos vossos pais terminaram, completaram-se, e quando na vossa realidade pintam um quadro ele fica terminado, completo; e no entanto, mesmo nesse contexto, sobrevive à vossa conclusão e perdura. Certamente as vidas são tão importantes quanto pinturas e, como criações multidimensionais, superam largamente em duração as pinturas que são apenas representações da vida que conhecem.

Quando completam uma vida, é como se tivessem acabado um retrato vivo de si mesmos, usando os meios do espaço e do tempo. Depois têm o quadro para examinar. As memórias e realidades dentro desse retrato são vossas, para aprender e usar como modelo para outros retratos vivos no tempo e no espaço.

Uns são mais proficientes a usar esses meios do que outros. Alguns lidam com vastas paisagens tempestuosas da alma e empreendimentos tumultuosos. Outros pintam retratos vivos de si mesmos em tempos e lugares pacíficos. Cada artista-vivo, no entanto, tenta criar o eu interior no mundo material, e cada retrato é de facto único.

Existem mestres no viver, assim como existem os Velhos Mestres da pintura. Alguns dos Velhos Mestres eram peritos a pintar cenas de violência, guerra, sagas, com atmosferas escuras e lúgubres, e ainda assim cada uma delas estava ao mesmo tempo tão cheia de vida e vitalidade que as próprias telas pareciam vivas. Mesmo pinturas de grande destruição falavam da imensa energia criativa por detrás do talento que vitalizava o próprio meio e, pela sua própria criatividade, negava a força da destruição tão habilmente representada.

Os maiores Velhos Mestres sentiam a grande integridade do eu interior e a sua ligação com o Todo-O-Que-É, e cada um, à sua maneira, através da pintura, tentava representar essa energia e mostrá-la aos outros. A energia está por detrás de tudo. Quando olham para o grande quadro-mundo diante de vós, no espaço e no tempo, olhem-no como olhariam para uma paisagem-mundo multidimensional, pintada por um artista que era todos os grandes mestres num só; e por detrás das cenas de destruição e conflito, sintam a grande energia que, em si mesma, nega a destruição que nesse caso está tão habilmente retratada.

Existem progressões, por assim dizer, de compreensão, e quando alcançam o nível que tu e o Ruburt experienciam atualmente, então serão levados, devido ao aparente conflito, a uma espécie de síntese da qual acabo de falar alegoricamente. Isto aplica-se à vossa compreensão de vidas privadas bem como às condições do mundo.

Queres ser um excelente pintor. Pelo menos queres pintar a tua visão única, e o Ruburt quer escrever a dele. Essas aspirações em particular levar-vos-ão, e estão já a levar-vos, à realização de que a própria vida é uma arte, composta pelos mesmos ingredientes de inspiração interior, espontaneidade e organização e discernimento conscientes.

Ainda não compreendes verdadeiramente. Isto não se aplica apenas a vós dois, mas ao vosso mundo em geral: vocês criam a vossa própria realidade através das vossas crenças. Querem manter as vossas crenças e ainda assim mudar a realidade — não me refiro agora a vós pessoalmente — mas isso é impossível.

Se acreditares que estás a ser puxado em todas as direções, estarás. A tua experiência confirmá-lo-á. Se acreditares que não há paz no teu mundo, no teu mundo privado, não haverá nenhuma. Se queres paz, tens de inserir a crença nela, e então a tua experiência irá justificá-la.

Não podes dizer a ti próprio vinte vezes por dia “Não há paz” e ao mesmo tempo esperar encontrar alguma, com qualquer possibilidade de alcançar outra coisa senão conflito. Não há outro caminho. Mantém as tuas crenças queridas no conflito, mas não encontrarás paz.

Podes estar sozinho no silêncio, bastante isolado, e ainda assim cheio de conflito, se este estiver dentro de ti. Podes estar rodeado de algum ruído (*como Seth — a Jane apontou para o teto; alguém mudava-se para o*

apartamento acima de nós) ou tráfego, e sentir a sua grande síntese com a vitalidade da vida, e isso pode ser propício à paz. Isto não significa que o silêncio por vezes não seja preferível ao ruído. Significa que crias a tua própria realidade.

Significa que a crença em condições discordantes as inicia. Não digo que os outros não estejam envolvidos, mas que pensamentos discordantes provocam reações discordantes nos outros, às quais reagirão de acordo com as suas próprias crenças. Mas ninguém cria a tua realidade privada senão tu.

É fácil para ti dizeres que os teus pais não apreciavam o que tinham, que olhavam para o lado “mau” das coisas o tempo todo, mas não é tão fácil ver essas mesmas atitudes em ti próprio.

Quando consistentemente te concentras nos aspetos negativos, procura-los na tua experiência e em todos os estímulos disponíveis, até que a realidade parece de facto justificar as tuas atitudes. Usando o ponto de poder do presente, recuas ao passado, reorganizando dados com esses fins, e projeta-los para o futuro. Sentes-te fechado. A depressão instala-se. Se é este o tipo de pintura que queres, então ao menos tem consciência disso. Se não é, percebe que em qualquer ponto do presente podes começar a alterá-la — e a tua experiência.

Faz uma pausa.

(Isto acabou por ser o fim da sessão. Seguiu-se uma longa discussão entre a Jane e eu, embora sem grandes frutos.)

SESSÃO APAGADA

27 DE NOVEMBRO DE 1973

(A sessão desta noite foi um esforço para completar a sessão truncada da noite anterior.)

Boa noite.

(“Boa noite, Seth.”)

Agora: vamos começar de novo. Há um excelente livro, chamado *A Natureza da Realidade Pessoal*. Ajudará muitos. Ajudará especialmente a vocês os dois, porque as vossas realidades pessoais estão tão envolvidas nele. Isto é: ajudará, se o lerem.

Estamos a começar de novo, e desta vez não realizarei outra sessão convosco a não ser que sigam o que digo esta noite.

Devem começar o livro em conjunto, fazendo anotações sobre o que eu digo e que se aplica pessoalmente, e juntos cada um de vós deve prosseguir com os exercícios propostos. Querem resultados, por isso, pelo menos meia hora por dia deve ser usada para esse propósito, e quando tiverem tempo, uma hora. Antes de qualquer exercício demorado ser dado, leiam o livro juntos e discutam-no no que se aplica. Mais cedo esta noite

estavam a discutir as vossas crenças, e crenças é o nome do jogo. Os exercícios servir-vos-ão a ambos. Nesta situação estão envolvidos dois, e a “terapia” deve envolver cada um de vós. A vossa própria criatividade será vastamente melhorada, e os exercícios relacionados com sentimentos serão inestimáveis para ambos.

Vivem em realidades privadas mas conjuntas. O Ruburt escolheu a sua, e tu escolheste que a realidade dele se envolvesse com a tua. O Ruburt não está simplesmente preso a um conjunto de sintomas, e tu não estás simplesmente preso a uma esposa com problemas. O trabalho com o livro deve sobrepor-se a quaisquer outras sugestões que tenha dado no passado para ti. Tem prioridade máxima. A leitura e seguimento dos exercícios iniciarão o vosso próprio movimento interior e exterior.

Agora dá-nos um momento. (Pausa.) Estão financeiramente seguros. As aulas do Ruburt não sofrerão apesar das aparências (a crise energética). Muito do que disse ontem aplicava-se a ti, José. O Ruburt, tão sensível aos teus estados de espírito, e estando também ele em parte condicionado negativamente, reagiu. Queria ajudar-te e, em grande medida, sentiu-se impotente.

A vossa decisão de não irem para a Florida pouco teve a ver com a crise energética. Estavam ambos relutantes em deixar o vosso trabalho para trás e permitir-vos a “laxa” liberdade. Queriam continuar com o vosso próprio trabalho e esperar pelas provas do meu livro. Sentiste-te culpado com a ideia de desfrutares logo após a morte da tua mãe. Sentiste algum castigo pessoal, negando-te a viagem como compensação pelo que achavas que poderias ter feito por ela no passado.

O Ruburt já estava receoso de pôr à prova a sua condição física com a viagem, e por isso acedeu facilmente, preocupado também com a possibilidade de perder os *Aspects*, que já estavam contratados.

Ambos mantiveram-se inquietos no vosso ambiente para não se tornarem demasiado confortáveis. Concentraram-se nos incómodos dos vossos vizinhos para não se tornarem demasiado próximos deles, emocionalmente envolvidos e tocados. Vivem aqui há alguns anos e, no entanto, evitaram propositadamente pensar neste apartamento como algo além de transitório, para não criarem raízes e não se envolverem em modos que pudessem distraí-los do vosso trabalho e propósitos.

Dai-nos um momento... Não comprem muito mobiliário para que a ideia de transitoriedade seja mais convincente. Ao mesmo tempo permanecem onde estão para poderem trabalhar, enquanto se negam ao sentido de comodidade que poderiam de outra forma usufruir.

(*Para mim:*) Imaginas uma casa sossegada no campo — esse sonho existe na tua mente, sabendo perfeitamente que não tens intenção nenhuma de gastar “tempo valioso” a cortar relva, arranjar canos ou tratar de aquecedores. Por isso ris-te do Leonard, que o faz aqui.

Ao mesmo tempo pensas, por várias razões, que à tua idade devias ter uma casa, privacidade para trabalhar, até uma forma de provar aos teus irmãos que tens tanto quanto eles. O Ruburt, em contrapartida, vê uma caravana junto ao mar, com cada um de vós a escrever e a pintar — a visão dele, porque esse espaço não exige manutenção doméstica e requer pouco dinheiro.

Não fizeram nem uma coisa nem outra porque, na vossa situação presente, têm algum contacto com pessoas, pouca manutenção, e tudo isto representa uma relação superficial com o mundo em geral. Estão dentro do sistema e, ao mesmo tempo, fora dele.

Dai-nos um momento... Têm ambos tanto receio de ficarem presos que nem sequer no apartamento se permitiram realmente sentir-se em casa — comprar o vosso mobiliário, barato ou caro. Amam e odeiam a família, exatamente como o Ruburt. Ele, porque nunca teve realmente uma, e tu, porque tiveste.

Uma casa na cidade lembra-vos a ambos a vida em família, e a ti o teu bairro. Ao mesmo tempo, apesar de todos os teus protestos, os ruídos do apartamento (*para mim*) são reconfortantes. Interpreta-los como conflitos. Lembram-te os barulhos da tua casa de família, conflituosos e, ainda assim, reconfortantes. Revoltas-te contra eles, como contra as discussões dos teus pais. Para o Ruburt, os sons são tranquilizadores. Ele já não está sozinho com a mãe.

Cada um de vós vê a compra de uma casa agora como uma ameaça, embora por vezes sejam tentados. Sempre viste a vida familiar como uma ameaça à produção artística, e a primeira coisa que farias se tivesses uma casa seria construir um estúdio fora dela. Não quiseste filhos. Quaisquer métodos que o Ruburt tenha escolhido para garantir que não teriam filhos proclamaste-os com alegria, satisfeito por não seres tu a mulher.

Alguns dos sintomas, então, serviram de facto para garantir a integridade do vosso trabalho conjunto. Identificaste-te como uma criança cuja presença traiu o pai — o teu pai forçado a sustentar-te, particularmente na Depressão. O Ruburt, como sabes, tinha as suas próprias razões. A relativa imobilidade dele manteve-o sem filhos. Muitas vezes afastavas-te fisicamente, ou ele não conseguia corresponder quando tu não estavas afastado.

O teu pai era inventivo; a criatividade dele nesse sentido sentia-la abafada pela responsabilidade familiar. A tua criatividade não seria. Escolheste uma mulher (*além das razões reencarnatórias que um dia finalmente vos serão dadas*) que não teria filhos e que teria um compromisso tão forte quanto o teu.

Não serias tentado pela convencionalidade, pois a tua mulher não era convencional. Poderias contar com ela para não te pressionar em direção aos caminhos do mundo.

Agora: o outro lado da questão. O Ruburt procurou-te pelas mesmas razões, com um fundo reencarnatório que vos será dado. Mas o Ruburt era o feminino: tu não terias filhos, então o esforço tinha de ser forte da parte dele. Pensar em comprar uma casa atira-vos a ambos para um dilema, porque entra diretamente em conflito com as vossas ideias privadas sobre o trabalho, os propósitos e os vossos lugares no mundo.

Dai-nos um momento... As tuas ideias de simplicidade rústica não combinam com os teus sentimentos de dedicação ao trabalho. As ideias do Ruburt sobre possuir uma casa não combinam com as dele sobre dedicação ao trabalho. Por isso, a interpretação dele é uma caravana. Ambas as ideias estão idealizadas, sentimentalizadas e distorcidas nas vossas mentes, e qualquer uma poderia ser incorporada nas vossas ideias de trabalho se estivessem conscientes dos conflitos.

Nunca se permitiram aqui uma liberdade criativa de decoração, por exemplo, e assim negaram a si próprios uma satisfação considerável. Agora o andar está diretamente ligado a tudo isto. Às ideias de comprar uma casa ou ir para a Florida, e ao que essas questões envolvem de acordo com as vossas crenças atuais, como já foram referidas. A morte da tua mãe faz o Ruburt querer voltar-se ainda mais para dentro, em busca de respostas. Ao mesmo tempo, ele está a tentar tomar decisões externas.

Agora: só conseguimos transmitir uma parte em cada noite. Continuarei isto logo que possível — mas comecem imediatamente como foi dado com o livro, e com a compreensão que, espero, tirem desta sessão. Despeço-me com um caloroso boa noite, mas a menos e até que façam o que disse, não teremos outra sessão privada, pois não estarão prontos para ela.

(Com um sorriso:) Eu sei que estarão.
(“Espero que sim.”)